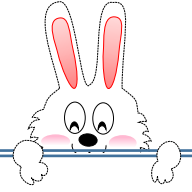


3月のほけんだより

呉市役所
子育て施設課
0823-25-3144

3月3日は耳の日 !!



耳は、「音を聞くこと」と「体のバランスをとること」の2つの働きをしています。毎日の生活の中で耳は大切な役目を果たしていますが、他の器官に比べて病気になっても気がつきにくい部分でもあります。年齢が低いほど、症状があってもうまく伝えられない場合が多く、周囲の大人が日頃から注意しておく必要があります。

耳の健康 Q & A



Q. 耳あかがよくたまります。耳掃除は、毎日したほうがいいのでしょうか？



A. 耳には耳あかを自然に外に出そうとする働きがあります。外に出てきた耳あかをとるのは構いませんが、耳の中まで耳かきや綿棒を使ってとろうとすると、外耳道に傷がつき、外耳道炎（耳のかゆみや痛み）の原因になります。耳掃除のやり過ぎがよくない反面、しなすぎも問題です。耳掃除を無理にせず、気になる場合は、耳鼻科でみてもらいましょう。



Q. お風呂やプールで耳にお湯や水が入ると中耳炎になりますか？



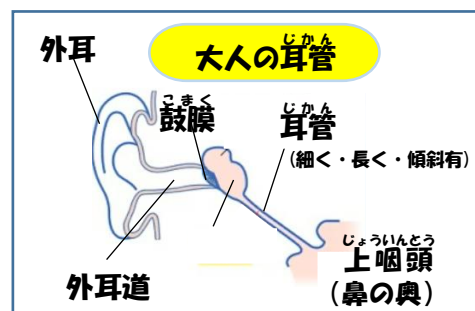
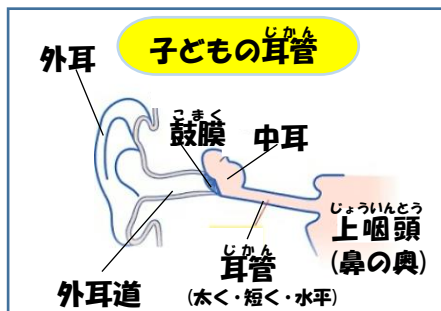
A. 耳の穴から、お湯や水が入ってきて中耳炎になることはありません。耳に入った水分は、体温の上昇により自然に乾燥し、中耳炎の原因にはなりません。



Q. どうして中耳炎になるのでしょうか？



A. 鼻水が出たり、扁桃腺が腫れたりすると鼻の奥（上咽頭）から耳管を通して、ウイルスや細菌が中耳に入ることによって中耳炎になります。



* 子どもの耳管は、大人に比べて太く、短く、水平なので、ばい菌が鼻の奥から中耳に入りやすく、中耳炎をおこしやすい。



Q. 急性中耳炎の症状を教えてください。



A. 発熱，耳の痛み，耳だれなどがあります。特に原因がないのに機嫌が悪い，耳をよくいじる，人が耳を触ると嫌がる，風邪の症状はよくなったのに熱が下がらないなどの症状がある場合は，中耳炎を疑ってみましょう。



Q. しん出性中耳炎について教えてください。



A. 発熱，痛みなどの症状はほとんどなく，液が耳にたまるため，聞こえにくいことが唯一の症状です。子どもはなかなか自分で症状を訴えてくれません。
子どもの場合，風邪をひいたりすると急性中耳炎の症状が無くても，しん出性中耳炎になっていることがあります。呼びかけても振り向かない，テレビの音大きい，ことばの発達がおそいなどで気づくこともあります。しん出性中耳炎をそのままにしておくと，ことばの発達に影響します。



Q. 中耳炎の予防・対策は，どうすればよいですか？



A. ◎風邪の予防に心掛けましょう・・・
（うがいと手洗い，生活リズムの調整，衣服の調整，バランスのとれた食生活など）
◎鼻水をためないように，こまめに拭いたり，かんだりしましょう。場合によっては耳鼻科でみてもらいましょう。
◎子どもの情緒の安定に心がけましょう。情緒が不安定になると，免疫力が落ち病気にかかりやすくなります。



Q. 耳の聞こえについて，気付くポイントを教えてください。



A. ◎乳児期

- ・大きな物音や騒音に驚いたり不快感を示さない。
- ・人の声（特に小声やささやく声）に反応しない。
- ・音の出るおもちゃに反応しない。など

◎幼児期

- ・話声が大きい
- ・テレビの音を大きくする。
- ・普通に話をしているのに何度も聞き返す。
- ・不明瞭な発音，言葉の遅れ。
- ・面と向かって話していると通じるが，後ろから声をかけると返事をしない。など

このような症状がみられたら，耳鼻科の先生に相談しましょう！

ほけんだよりは，くれ子育てねっとの子育て支援サービスでもご覧になることができます。

URL <http://www.kure-kosodate.com/>