



3月3日は耳の日です

耳の健康について考えてみましょう



耳は音を聞いたり、体のバランスをとったりするのに大事な役割を果たしています。人間の聴力は、体内にいる時からすでに発達していて、生まれた時から親の声や、周りの様々な音に反応して、情報を得ています。

また、乳幼児期は言葉を覚えていくためにも大切な時期です。耳が聞こえているのか、気になる行動はないか、よく観察してみましょう。



耳あかをとる時は…

耳あかは異物の侵入を防ぐために耳の中で分泌されている粘液と、ほこりやゴミなどが乾燥して固まったものです。耳あかは自然と外に出てくるため、神経質に耳そうじをする必要はありません。耳の入り口付近タオルやガーゼ、綿棒などで軽く拭く程度にします。耳あかを綿棒で押し込まないようにしましょう。

耳あかの種類

【あめ耳】

耳の中の分泌物が多いと粘り気のある耳あかになります。

【こな耳】

分泌物が少ないと乾燥した耳あかになります。

聞こえのチェックをしてみましょう

該当するものに、チェックをします。チェックが少ない場合には専門医にご相談下さい。

大きな音に驚いたり、目を覚ましたりする。

おもちゃの音やテレビの音などに振り向く。

呼びかけられた時に振り向く。

音楽に合わせて体を動かしたり、踊ったりする。

声のみの指示に従うことができる。

発達にそって習得する言葉が増えている。

言葉の真似がある。



引用参考文献：少年新聞社「ほけんニュース」第361号付録

子どもに多い耳の病気



子どもが風邪をひいたりしたときによく聞く病気に中耳炎があります。

中耳炎は、鼻などについて風邪のウイルスや細菌が耳管から耳の中に入ったことにより、起こる病気です。

耳・鼻・のどは、耳管という管でつながっていて、ふだん閉じていますが、ものを飲み込んだり、咳やくしゃみをしたりすると開いて、鼻から空気が入ります。

子どもは、耳管が太くて水平に近いので、鼻から細菌やウイルスが入りやすく、中耳炎を起こしやすい傾向があります。

急性中耳炎

風邪のウイルスや菌が、耳管を通じて中耳に感染し炎症を起こします。痛み、発熱、耳だれを伴ったりします。



滲出性中耳

痛みのない中耳炎とされています。

中耳内に分泌物がたまる為に起こります。

急性中耳炎を繰り返したり、急性中耳炎の治療を中途半端でやめてしまうと、滲出性中耳炎に移行していく場合があります。聞こえにくくなるため、名前を呼んでも反応しない、聞き返すなどの様子がみられたら注意しましょう。



鼻と耳の関係

鼻と耳はつながっていて、風邪が長引いたりすると、子どもはよく中耳炎や副鼻腔炎を起こします。

子どもの鼻腔は未発達なため、細菌やウイルスなどが侵入しやすいので、副鼻腔炎になりやすいそうです。風邪を引き金に副鼻腔炎を発症することもあるようです。

副鼻腔炎の症状

鼻水・鼻づまり・湿った咳・情緒不安定（イライラ）・微熱 等



鼻にたまった鼻水は、のどの後ろの方に送られ処理されます。子どもは、鼻やのどの空間に余裕がないため、刺激になって咳が出たりします。また、鼻の最後部には耳管があり、子どもは耳管が太く短いことから、中耳炎を起こしやすくなります。

