



# ほけんだより

## 3月号



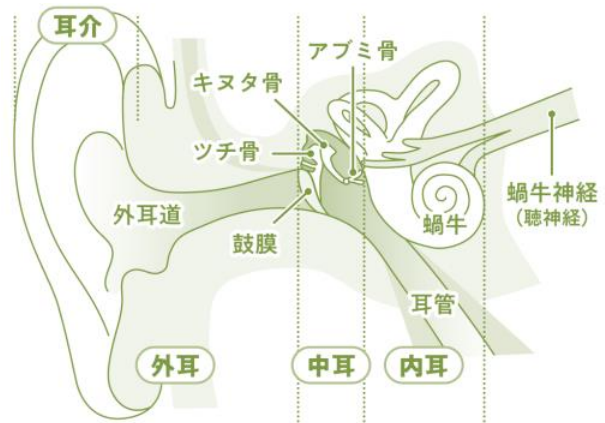
### 3月3日は耳の日です

耳は音を聞いたり、体のバランスをとるなどの大切な働きをしています。普段は「聞こえるのが当たり前」になっていますが、耳の健康について、この機会に考えてみましょう。

#### 耳の仕組みはどうなっているの？

音は耳介から入って外耳道を通り、鼓膜からツチ骨、キヌタ骨、アブミ骨という3つの骨を伝わりながら増幅されます。

かぎゅう  
蝸牛で音の強弱などを分析した後、蝸牛神経から大脳に伝わり「音」として認識されます。



引用参考文献：“健” 2020-3月号／日本学校保健研修社

#### 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ってしまうと、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。

