

外耳炎と耳の手入れ

監修：笠井耳鼻咽喉科クリニック 院長 笠井 創 先生

外耳のつくり

耳は、外耳、中耳、内耳の3つの部分から成り立っています。外耳のうち、外から見える部分を「耳介」、耳の入り口から鼓膜までの管の部分「外耳道」といいます。

外耳道の外側から3分の1を軟骨部外耳道といい、毛や耳垢腺（じこうせん）がある部位で、耳垢もここに溜まります。その奥の3分の2を骨部外耳道といい、薄い皮膚と骨が密着していて、少し触れただけでも痛みを感じ、炎症を起こしやすい部位です。

外耳炎の症状

外耳道の皮膚は薄くて敏感です。外耳炎は、耳のいじり過ぎなどで外耳道の皮膚が炎症を起こす病気です。炎症を繰り返すと皮膚の抵抗力は弱まり、細菌や真菌の感染を招きます。

症状が軽いうちはかゆみですが、かゆくなって患部をいじってしまうと悪循環にな

ります。いじり過ぎると湿疹状態になり、皮膚がじゅくじゅくしたり、カサカサした耳垢が増えるようになります。外耳炎の患部が腫れて外耳道を塞ぎ、耳鳴りが起こったり、耳の周囲のリンパ腺が腫れることもあります。

耳の中は湿気があるので、患部に真菌（カビ）が感染し、耳の中にカビが生える外耳道真菌症になることもあります。その場合、強いかゆみとともに、真菌の塊で外耳道が塞がり聞こえが悪くなるといった症状があらわれます。

耳鼻咽喉科の治療ではまず、耳垢やカビをきれいに除去してから、抗生物質を含んだステロイド軟膏や点耳薬、抗真菌剤を塗る治療を行います。それを何度か繰り返すことで、大抵の外耳炎や外耳道真菌症はよくなります。しかし、中には慢性湿疹の状態になり、何カ月も治療を継続しなければいけない場合もあります。かゆみ防止のために、抗ヒスタミン剤や抗アレルギー薬の内服薬や軟膏を使い、できるだけ耳をいじらないで済ませるよ

