

健康トラブル

Illustration by Miyoko Watanabe

からだや心の悩みに
専門の先生が回答してくれます

●病気の相談、メンタルヘルスや性の悩みなど、健康についての質問をお寄せください。質問は1通に1件だけです。緊急のもの、入院中の質問などはご遠慮願います。

●住所・氏名・年齢・電話番号・所属の健康保険組合名を明記し、返信用80円切手を同封のうえ、左記のあて先までお寄せください。
〒104-8104 東京都中央区銀座1-10-1
(株)法研「ジャストヘルス健康相談」係

Q

綿棒でケアしても耳の中から分泌物が出る

夏になると毎週プールや海に行きます。泳いだあとは綿棒でケアしていますが、いつも耳の中がジクジクして分泌物が出てきます。痛みがないので放置していますが中耳炎でしょうか。

A

耳かきのしすぎで皮膚が傷つき、外耳道炎をくり返しているのでは



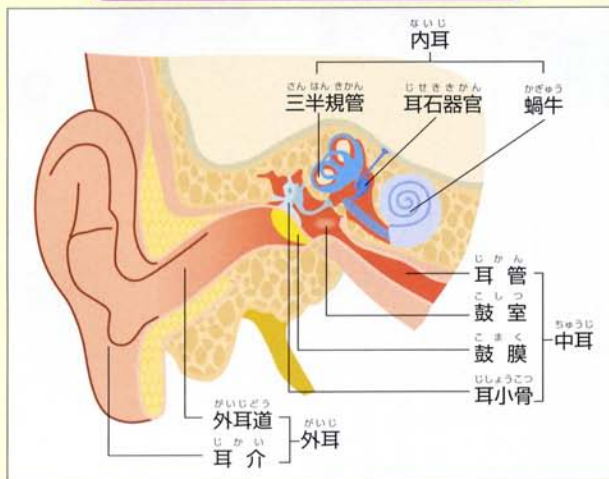
笠井耳鼻咽喉科クリニック自由が丘診療室院長(東京都) 笠井 創

●24歳/女性/神奈川県

耳から分泌物が出て、必ずしも中耳炎とはいえません。一般的に中耳炎はかぜや副鼻腔炎が原因になり、鼻やのどから耳管を伝わって中耳内に炎症が波及することでおこり、聴力が低下することが特徴です。冬場に多いのですが、夏場にもエアコンによる過度の冷房や乾燥が原因で、のどや鼻の粘膜を傷めるため中耳炎はおこります。急性中耳炎では痛みを伴いますが、慢性中耳炎では痛みがないこともあります。

皮膚を傷つけるためにおこります。細菌感染によって「耳せつ」(耳のおでき)になることもまれではありません。外耳道の皮膚は非常に薄くてデリケートなので、軽くさわるだけでも皮膚の自浄能力や抵抗力が失われて慢性湿疹状態となります。耳の中は湿気があるので、カビ菌の絶好のすみかとなり外耳道真菌症になることもあります。

耳の構造



耳の内部は、外耳、中耳、内耳に分かれている。外耳道炎は外耳に炎症がおこり、中耳炎は中耳にうみがたまる。

相談内容からは、中耳炎ではなく外耳道炎をくり返しているものと考えられます。夏に多い耳のトラブルが外耳道炎です。その原因のほとんどは耳かきのしすぎで、強く引っかきすぎて外耳道の

治りにくい外耳道炎は、耳鼻咽喉科で治療を受けるとよいでしょう。汚れを除去し、抗菌剤やステロイドを含んだ軟膏処置をしたらうのが最も早くよくなる手段です。また、いじりすぎないように自宅では耳かきを使わず、細い綿棒でできるだけソフトに清拭してください。