



耳鼻咽喉科

笠井耳鼻咽喉科クリニック 院長

創 笠井



**急性副鼻腔炎の再発が怖い。
予防できないか？**

36歳の男性。水疱瘡の治療後に激しい頭痛に襲われたため、脳神経科でCTを撮ってもらったところ、急性副鼻腔炎が原因だといわれました。投薬で症状は治まり、再発したら耳鼻科へ行ったださいといわれました。今のところ大丈夫ですが、あの激しい頭痛がまた…と思うと憂うつです。どういう条件で再発するのでしょうか？ また、予防できないでしょうか？

(福島 M)



食事・運動・休息など、原因となる感染症の予防に努めるしかない

鼻の中(鼻腔)は上顎洞、篩骨洞、前頭洞、蝶形骨洞という左右に一對ずつある空洞(副鼻腔)と自然孔という小さな細い経路でつながっています。自然孔は、副鼻腔に入った細菌、ウイルスなどを鼻腔に排出する通り道です。副鼻腔の粘膜に細菌やウイルスが感染して炎症が起こると、粘膜から鼻汁が出ます。鼻汁は炎症の程度によって水様性、粘性あるいは黄色い膿性のものへと変化してゆきます。副鼻腔炎というのは、自然孔が閉塞して、鼻汁や膿が副鼻腔にたまり、鼻づまり、後鼻漏、頭痛、頬部痛、歯痛、嗅覚障害などの不快な症状が起こる病気です。副鼻腔炎には「急性」と「慢性」がありますが、急性副鼻腔炎の大半は、急性鼻炎や急性上気道炎などの鼻かぜが引き金になります。かぜは、専門的には「かぜ症候群」あるいは「普通感冒」といい、主にウイルスに感染して、上気道に急性の炎症が起こる病気の総称です。炎症が起きている部位により鼻炎、咽頭炎、喉頭炎などが起こり、障害を受けた粘膜に細菌が二次的に感染して、気管支炎、肺炎、副鼻腔炎、中耳炎などの合併症がでます。

かぜの予防は、普段から栄養バランスの良い食事や適度な運動で体力をつけ、過労や睡眠不足を避け、保温、保湿に注意して、ストレスのない生活を心がけることです。かぜの原因ウイルスに直接作用する薬はありませんから、症状を緩和する「対症療法」が中心になります。細菌感染による急性副鼻腔炎には抗菌薬を内服します。鼻汁の粘りが強い場合は、タンパク質や粘液を分解する消炎酵素薬や、粘液溶解薬なども使います。