

膿栓（のうせん）とは・・・

- 喉の奥の両脇には、扁桃という部位があり、外部から体内へ侵入してきた細菌や、ウイルスをキャッチし、撃退・排除する役割を果たしている。
- その扁桃の表面には、10個から20個ほどの陰窩（いんか）と呼ばれる直径3～4ミリの小さな穴が開いている。
- その陰窩には、ウイルスや細菌の死骸や死んだ細胞、食べ物のカスなどが貯まることがある。
- これらが固まったものが「膿栓」とよばれる。



膿栓の大きさは、直径約3～5ミリ程で、色は乳白色。

臭いも食べかすなどが詰まったものなので、強烈な臭いがするという。

確かに、噂で聞いた『くさい玉』と特徴が一致している。だが、本当に「膿栓」がくさい玉の正体なのだろうか？ 笠井先生によれば、「くさい玉」、いわゆる膿栓は誰にでもあり、見ることが可能だという。

そこで、20代～40代の被験者、4人に集まってもらい、本当に膿栓が誰にでもあるものなのか内視鏡で喉の奥を観察してみた。すると、被験者

の一人の扁桃部分に小さな膿栓が確認できたのだ。先生に取り出してもらおうと、出てきたのは、直径約2ミリの膿栓で、強烈な臭いもあった。やはり、くさい玉の正体は、「膿栓」で間違いな



他の3人の被験者の喉の奥にも、膿栓が見られるか調べてみたが、その姿は見られなかった。膿栓がある人と、ない人の違いは、一体何なのだろうか？ 笠井先生によれば、膿栓はほとんどの人にあるものなのだが、喉の形状や、陰窩の深さなどで、膿栓が出やすい人と、出にくい人がいるという。そこで、先ほど膿栓が確認出来なかった3人の被験者の扁桃をもう一度、綿棒で軽く押してみたところ・・・

なんと、全員の陰窩から膿栓がでてきた。くさい玉は実在するばかりでなく、誰もが持っているものであることが、判明したのだ。笠井先生によれば、この膿栓は、特に大きな病気の兆候ではないが、口臭の原因になってしまうことがあるという。今まで口臭の原因として、虫歯や、歯周病、唾液の減少などが上げられていたが、膿栓も、口臭の重要な原因の一つだったのである。



歯周病などの心当たりがなく口臭が気になる方は、膿栓をチェックしてみた方がよいだろう。だがもし、膿栓が確認できても自分で無理にとってはいけない。喉の粘膜を傷つけてしまう恐れがあるので、耳鼻咽喉科で除去してもらおう方がよいだろう。さらに、笠井先生によると、特に冬、この時期は、膿栓が出る量が多くなるという。冬は空気が乾燥しているためホコリが空気中に舞い上がり、ホコリに細菌やウイルスが付着。それを口や鼻から吸い込むことで、扁桃炎が起こり、膿栓の量も多くなるというのだ。

そこで、膿栓の予防方法。

『緑茶や紅茶でのうがい』

これは、緑茶や紅茶に含まれるカテキンの効果で、膿栓のもととなる、細菌やウイルスの増殖をある程度防ぐことが出来るというものである。また、うがいにより膿栓の元となる食べかすや、雑菌を除去することができるので、膿栓予防に効果があるという。



ネットを騒がせた『くさい玉』。その噂は本当であるばかりか、実は、誰もが持っているものだったのである。