

体調をくずすとくり返す扁桃炎。扁桃を摘出する手術をすすめられたが、詳しく知りたい

Q

38歳、男性。体調をくずすとすぐに扁桃炎になってしまいます。寝不足とストレスが重なったときになりやすく、くり返すなら摘出手術を受けたほうがよいといわれました。どのような手術なのか、また、ほかに改善する方法があれば知りたいです。
(三重県/N)

A

まずは、疲れやストレスをためないことが大切。年4回以上くり返す場合は、のどの両側にある口蓋扁桃を摘出する手術がすすめられる

扁桃は免疫機能をもつ「リンパ組織」の集合体で、のどの周囲を取り巻くように口蓋扁桃、咽頭扁桃、舌扁桃、耳管扁桃が存在しています。

なかでも、のどの両側にある口蓋扁桃は、かぜの原因であるウイルスや細菌に感染して炎症がおこりやすく、一般的に扁桃炎という場合、口蓋扁桃の炎症を指します。

急性扁桃炎では、口蓋扁桃が赤く腫れてのどに痛みを感じたり、強い痛みでものを飲み込むのも困難になったりします。通常、消炎鎮痛薬や抗菌薬を5日程度服用すると炎症は治まります。生活上の注意としては、薬物療法と同時に安静にし、水分や栄養をきちんと補給することが大切です。室温や湿度を適度に調節しましょう。マスクも口腔内の保温保湿に役立ちます。炎症が治りきらずに慢性化する原因には、睡眠不足、喫煙、飲酒など、日常生活の不摂生

があげられます。

慢性扁桃炎は、かぜやストレス、疲労、気候の変化などによって、からだの免疫機能が低下すると、急性扁桃炎の状態になります。ですから、疲れやストレスをためないことが何よりも大切です。不摂生をせず、規則正しい生活を心がけてください。うがいは、扁桃に付着している細菌などを洗い流すので、こまめに行う習慣をつけるとよいでしょう。

1年に4回以上、急性の炎症をくり返す場合を「習慣性扁桃炎」といいます。学校や仕事を休まざるを得なくなりますが、扁桃摘出術を行うことで扁桃炎のくり返しがなくなり、社会生活を送りやすくなります。また、のどの違和感がつづいたり、食事が困難だったり、気道が狭まっていびきの原因となっていたり、呼吸がしにくい場合なども手術の適応になります。口蓋扁桃と咽頭の境目

口蓋扁桃のラジオ波切除術の例



手術前

右切除

手術後

両側の口蓋扁桃が肥大し、膿栓症といびきに悩まされていた症例。ラジオ波凝固機器により、まず右の扁桃を切除し、1カ月後に左の扁桃を切除した。

には「被膜」があり、その被膜に沿って切開して口蓋扁桃を摘出します。手術はほとんどの場合、全身麻酔で行われ、手術時間は約30分〜1時間です。術後の出血が数%でおこりますので、局所の安静と経過観察のために通常は数日間入院します。退院後も2週間程度は硬いものを食べないなどの注意が必要です。

回答者

自由が丘耳鼻咽喉科
笠井クリニック(東京都) 院長
笠井 創