

正しく知ろう!

子どもの医療

知っているようで意外と知らない、5～6歳児にありがちな心と体のトラブルについて、専門家の先生に聞いてみましょう。

今月のテーマ

副鼻腔炎 (ちくのう症)



監修&アドバイス
笠井 創先生

かさい・はじむ◎笠井耳鼻咽喉科クリニック院長。医学博士。千葉大学医学部卒業後、国保若津中央病院耳鼻咽喉科医長、国立がんセンター病院頭頸部外科医員などを経て、平成11年、東京都目黒区に同院を開業。わかりやすい説明で安心感を抱かせる診察が評判。

笠井耳鼻咽喉科クリニックホームページ

<http://www.linkclub.or.jp/entkasai>

風邪の症状が10日以上続けば副鼻腔炎の疑いがあります

子どもが風邪を引いた場合、3、4日で改善するのが普通ですが、せきや発熱、鼻水、鼻詰まり、呼吸音がゼロゼロと聞こえる喘鳴など、風邪の症状が長引いたり、繰り返したりすることがあります。その多くは副鼻腔炎(ちくのう症)が原因と考えられています。

副鼻腔炎はウイルス感染やアレルギーなどによって、鼻の奥の粘膜が炎症を起こしているものです。大人の場合は、鼻詰まりや鼻漏などの症状のほか、鼻のX線検査で分泌物がたまっていたり、粘膜がはれているのがわかります。一方、子どもの場合、X線検査では診断がつかないこともあり、せきや発熱、喘鳴といった呼吸器の症状として現れます。そのため一般の風邪と区別しにくく、小児科では風邪や、ぜんそく様気管支炎、鼻炎などと診断され、副鼻腔炎は見逃されることが多いのが現状です。

子どもの副鼻腔炎は、風邪のウイルスがきっかけで発症し、悪化することがよくあります。判断の目安として、風邪の症状が10日以上続き、改善の傾向が見られないときは、副鼻腔炎を併発していると思ってよいでしょう。肺炎や気管支ぜんそく、中耳炎を繰り返したり、夜、眠れないのが続いたり、いびきをかいたりする場合も、副鼻腔炎の疑いがあると考えられます。

副鼻腔炎には急性と慢性があり、慢性になるといつも鼻がぐずぐずしたり、詰まったりするので、



口を開けていることが多くなります。どちらも疑いがあれば早めに耳鼻科に行き、適切な治療を受けることをおすすめします。

病院と家庭の二本柱の対応で根気強く治していきましょう

副鼻腔炎の治療の基本は、鼻の通りをよくし、たまった汚い鼻水を排泄させることです。それには鼻水を吸引したり、鼻の内部を生理食塩水で洗い流したり、鼻をよくかませるなどの処置をします。鼻を詰まらせるポリプができていた場合は切除が必要になりますが、子どもの副鼻腔炎で手術をするケースはめったにありません。通常は通院で鼻の粘膜のはれを引かせ、たまった鼻水を吸い取る治療を続けます。抗生物質や消炎薬素剤などが処方されますので、きちんと飲ませてください。

家庭では加湿を心がけましょう。蒸しタオルを当てたり、ふだんより長く湯船につからせるのもよいでしょう。こまめに水分を補給してあげることも大切です。

大人でもなかなか実践するのは難しいのですが、お子さんに少しずつ正しい鼻のかみ方を教えてあげましょう。鼻はかみすぎず、片方ずつそっとかむことがポイントです。まず、かむ前に大きく息を吸ってから、いったん息をこらえます。それから鼻を片方ずつ押さえ、ゆっくり、少しずつかんでいきます。反対に強く、力任せに、左右一度にかんだり、逆に鼻をすすったりするのは、中耳炎になりやすいのでやめましょう。

子どもの副鼻腔炎は、大人よりも治りやすいと言われています。遅くとも、未熟な免疫機能が大人の機能に近づく11～13歳ごろには、50%前後のお子さんが自然に治るのが一般的です。慢性になった場合、その年齢を目安に、焦らず、根気強く治療を続けていきましょう。