



回答 ● 笠井 創 (かさい ほうじゅ) 先生
 笠井耳鼻咽喉科クリニック・自由が丘診療室院長。子どもの生活に照らした、わかりやすく、具体的なアドバイスをしてください。

ほっぴキッズのヘルスクリニック



耳の気がかり

風邪をひくと、すぐに中耳炎になってしまいます。気をつけることや親にできることはありますか？

(秋田県 くらまね)

風邪をひいたときに起こす急性中耳炎は鼻やのどを冒している細菌やウイルスが、耳とのどを繋ぐ管をつなぐ耳管という管を経由して中耳腔に感染することで起こります。ですから鼻水やせきなど、鼻やのどに異常が現れたら、できるだけ早く診察を受けて風邪の治療をすることが中耳炎の繰り返しを予防するためには大切です。

また、中耳炎になってしまったら、処方された薬を医師の指示通り飲み、完治するまでしっかりと治療を受けましょう。痛みがなくなっても中耳に分泌物が残っていることも多く、こうなると完治するのにかえって時間がかかることになってしまいます。

ふだんからの心がけとしては、やはり「風邪をひかせない」に尽きます。完全な予防法はありませんが、それでも家庭で注意できることはいろいろ

あります。栄養のバランスを考え、食事を取るようにする。閉めきった室内にはウイルス、細菌、カビが充満してしまつたので、換気をよくし、乾燥も避ける。タバコは最もよくありません。また、薄着や適度な運動、十分な睡眠は、免疫力を高めます。

最近、聞き返しが多くなっているようです。難聴かも…と心配

(福島県 ちやおちゃん)

小児の難聴の最も多い原因は滲出性^{じゅしゅつせい}中耳炎です。アレルギー性鼻炎や風邪と併発しやすい小児副鼻腔炎の影響で急性中耳炎が治り損ねると、滲出性^{じゅしゅつせい}中耳炎に移行してしまいます。

また、アデノイドによる鼻づまりや鼻すすりのくせも滲出性^{じゅしゅつせい}中耳炎の原因になり、のどや鼻の治療が同時に必要になる場合もあります。通常2週間程度で治る急性中耳炎に比べ、滲出性^{じゅしゅつせい}中耳炎では原因によっては治療が数年にわたることもあり、根気よく付き合うことが大切です。まずは呼びかけても返事をしな

い、テレビの音を大きくしている、話し声が大きいななど、ふだんの生活の中で子どもの様子に気を配り、気になる症状があるときには耳鼻咽喉科を受診しましょう。

頻繁に起こす中耳炎は成長とともに減っていくのでしょうか。

(北海道 チョコ)

2〜3歳まで繰り返すことの多い滲出性^{じゅしゅつせい}中耳炎も、ほとんどのケースでは遅くても10歳ごろまでには治ります。ただ、ごくまれな例ではありますが、悪化して難聴をきたしたり手術を要するケースもありますから、油断はできません。

また、それまでの年月は言葉を覚えたり人とのコミュニケーションを学ぶ大切な時期です。耳の間こえが悪い状態が続くのは心配ですね。中にはその影響で学習の遅れが見られたり、消極的になってしまふこともあります。ときには治療に時間がかかることもあります。その都度、しっかりと治していきますよ。