耳鼻咽喉科

アレルギー性の病気が増加中。住環境や生活リズムの見直しを

耳鼻咽喉科で診る子どもたちに、昔ながらの中耳炎や扁桃炎などに加えて近年はアレルギー性の疾患が増加中。ハウスダストや排気ガス、夜ふかし、ストレスといった現代病の原因、できるところから減らしていきたい！

この症状は知っておきたい！文中のキーワード7

外耳炎

悪化しないうちにかゆみ止めを

外耳の湿疹をいじったり、耳そうじをしたりするうち細菌が感染して起こります。軽い外耳炎はかゆみだけですが、絶対にいじってはダメ。化膿するとひどく痛みます。かゆみ止めを使ってかかないようにし、悪化してしまったら化膿止めや痛み止めの薬を処方してもらいます。赤ちゃんの爪切り、指先の清潔をいつも心がけましょう。

中耳炎

一見してわからないのが困りもの

急性中耳炎は、カゼをひいて数日後に耳が痛くなるのが典型的な症状です。赤ちゃんの大泣きの原因がわからず、耳だれが出て初めて気づくことも。早めに受診して適切な薬を処方してもらうことが大切です。滲出性中耳炎は、中耳に液体がたまって聞こえが悪くなる病気で、原因はさまざま。治療が長びいてしまうこともあります。

ちくのう症

早く治療して慢性化させない

副鼻腔炎とも。ねばりけのある黄色い鼻汁が出て、頭痛や、鼻に血が混じったりすることがあります。慢性化するとなかなか治らないので早いうちに治療しましょう。外来で鼻の粘膜のはれを引かせ、たまった鼻汁を吸引するのが一般的です。鼻は片方ずつそっとかむこと。鼻をすするのは、中耳炎になりやすいのでいけません。

アレルギー性鼻炎

診断は簡単だが治療は長期戦も

くしゃみ、鼻水、鼻づまりが、カゼ症状もないのに続くのが特徴。医師が鼻の粘膜を見ることでほぼ診断できます。ハウスダストやダニ、スギ花粉などが原因。しかしそれらを完全に排除することはできないので、症状を軽くするため飲み薬や点鼻薬で対処します。治療法は医師とよく相談してください。

耳あか、いびきも甘く見ちゃダメ

ラブ　耳鼻咽喉科で診る子どもの病気で、代表的なものはなんでしょうか。

耳の病気で多いのは、耳あか、外耳炎、急性中耳炎、滲出性中耳炎です。鼻ではちくのう症、アレルギー性鼻炎、また、ノドの病気では急性扁桃炎、アデノイド、いびきが多いですね。

ラブ　耳あかやいびきも病気なのですか？

耳あかが固く詰まったり、水でふやけたりすると、かゆみや痛みが出たり、難聴になったりします。耳鼻科で取ってもらうのが安全です。

いびきは子どもの場合、鼻づまりか、アデノイドや扁桃のはれが原因です。赤ちゃんは口ではほとんど呼吸をしませんから、鼻づまりがあるととても苦しがり、ミルクを飲めなかったり、眠れないので機嫌が悪くなって泣いてばかりいます。鼻づまりが続くと成長も悪くなります。やはり受診してほしいですね。

ラブ　鼻血がよく出るのは、どうでしょう？

小さい子の鼻血は、ほとんどの場合、かゆみで鼻をいじるのがきっかけです。鼻の穴に近い部分は血管が集まっていますから、こすったりすると出血しやすいんです。まれに血液の病気でも鼻血が出やすくなりますので、しょっちゅう出るようなら念のため耳鼻咽喉科で診てもらいましょう。

増えているアレルギー関係の疾患

ラブ　アレルギー性鼻炎は遺伝するそうですが、親がそうだった場合、子どもへの予防はどうすれば？

アレルギー性鼻炎は遺伝傾向があります。

ラブ　アレルギー性鼻炎は遺伝傾向があります。

今のところ、アレルギー性鼻炎が出ないようにする確実な方法はありません。原因となる物質を避けることが基本です。室内のホコリやダニをできるだけ少なくすること、周囲がタバコを吸わないようにすることなど、生活環境を整えましょう。

現実に、子どものアレルギー性の病気は目立ってきています。低年齢のスギ花粉症も増えていますし、アレルギー性鼻炎だけでなく、咽頭、喉頭、気管支炎や中耳炎もアレルギーとの関係で治りにくくなっているようです。

自動車の排気ガスによる大気汚染、食生活の変化、ストレス、夜ふかしなどの生活リズムの乱れなど、大人の生活が子どもにも強く影響しているように感じられ、ちょっと心配です。

ラブ　ほかにも、子どもの耳鼻咽喉について、ママやパパが日頃気をつけたいポイントがありましたら教えてください。

耳についてですが、遊び感覚でよいので、ささやき声で背後から声をかけ、聞こえが悪くないかどうか反応を確かめてみてください。

鼻やのどについては、寝ているときの呼吸状態に気をつけてほしいです。ふだんの生活では気づかなくても、睡眠中に鼻呼吸に問題があると口を開けた状態で呼吸をし、いびきをかくことが多くなります。それから、粘っこい鼻水が出て、口で息をしているようなときは、耳にも悪影響が出て中耳炎になっていることがあります。以上のような点に留意して、ふだんから子どものようすをよく見てあげてくださいね。

急性扁桃炎

ポピュラーな病気 特徴は高熱とノドの痛み

子どもがよくなる病気のひとつで、高い熱とノドの痛みが特徴です。ノドの入り口の左右にあるクルミのような形をしたリンパ組織を扁桃といい、これが赤くはれて表面に白いブツブツがつきます。早めに耳鼻科や小児科で薬を処方してもらいましょう。手術は、症状がひどすぎる場合に、医師とよく相談のうえで決めましょう。

アデノイド

鼻づまりや中耳炎の原因

ノドちんこの裏側で、鼻とノドの間にあるリンパ組織がはれて、鼻づまりや中耳炎の原因となるものです。口をアーンとしただけでは見えず、耳鼻咽喉科で診断を受けないとわかりません。5、6才でいちばん大きくなり、その後は小さくなってゆきますが、鼻や耳に悪い影響が出ているときには手術することもあります。

難聴

ときどき聞こえのチェックを

言葉を話せるようになるためには、聴力は最も大切です。とくに生後すぐから4才までが重要な時期。音がする方向に反応しない、後ろから呼びかけても振り向かない、2才過ぎても言葉が出ない、言葉の数が少ない、というような場合は要注意。また耳あかが詰まりすぎて聞こえにくかったり、耳の病気が原因で難聴になることも。

先生からママへのお願い

ママの観察力がなにより頼り

耳の聞こえは1才半の定期健診でも見過ごされてしまうことがあります。お母さんの観察力が子どもの一生にかかわるといっても過言ではありません。アレルギー病の軽化のための環境づくりも、家族ぐるみで考えてみて。

●おはなし

千葉大学医学部卒。日本耳鼻咽喉科学会認定専門医。国立がんセンター病院勤務などを経て平成2年に開業。アレルギー性鼻炎やいびき治療などに先端の技術を導入し、ホームページでの医療相談にも応じています。

笠井耳鼻咽喉科クリニック院長
笠井創先生