

育児 Q アンド A



耳掃除の頻度とやり方

Q 2歳の男児です。この前、かぜをひいて小児科に行くと、中耳炎の確認のために耳の中を診られ、「耳垢でほとんど中が見えない、耳鼻科でとってもらうように」といわれました。家では、耳の周辺はたまに掃除しますが、中はイヤがって動くのでこわくてできません。耳鼻科には定期的に行って掃除してもらったほうがよいのでしょうか。また、家での上手な耳掃除の仕方があれば教えてください。

A 原則として、むやみに耳はいじらないことです。家庭で乳幼児の耳掃除をすることはおすすめできません。耳かきや綿棒を使って耳垢を取るつもりが、かえって奥に押し込んでしまうことがあるからです。耳掃除を嫌がって暴れる子どもの耳垢を無理矢理取ろうとして、乱暴なやり方で耳掃除をしたと、そばにいた人が体に触れてしまうと、外耳道を傷つけて出血したり、鼓膜まで破ってしまうこともあります。

耳垢には黄白色のカサカサした乾性耳垢と、黒褐色でベタベタした軟らかい軟性耳垢とがあります。軟性耳垢の

人は体質であって、病気ではありませんから心配ありませんが、耳の掃除が難しいので耳鼻咽喉科で詰まっていなかどうかをときどきみていただくのがよいでしょう。がちり硬く詰まって塞がっている耳垢（耳垢栓塞）は、軟らかくするお薬（耳垢水）を耳の中に2、3日つけていただいてから、吸引して取ることができます。個人差はありますが一度きれいにしておけば、すぐにはそうたまりませんから、月に何回もくり返して掃除することはありません。半年に一回くらい耳鼻咽喉科で診ていただいて、掃除をしていただくということでよいでしょう。

家庭では、お風呂上がりに綿棒でそっと耳の入り口をさわる程度の掃除がよいと思います。カサカサの耳垢の人は、綿棒をベビーオイルなどで少し濡らして使うと上手に取れるでしょう。

（笠井耳鼻咽喉科クリニック/笠井 創）