

みどりっこだより



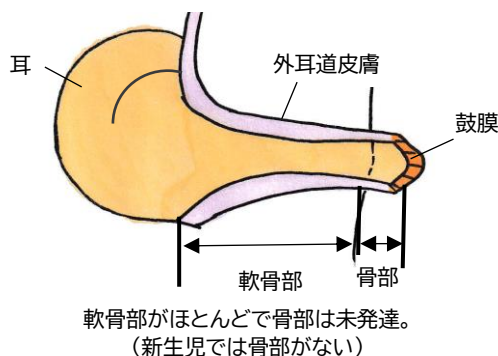
みどりっこは、お子様が病気やケガなどで保護者の方がご家庭で看病ができない時に、お子様の症状や体調などに合わせて回復に早く向かえるように専任看護師・保育士が保育看護を行い、1日を安心・安全で快適に過ごしていただく医療機関併設型の病児保育室です。

耳垢・耳掃除について

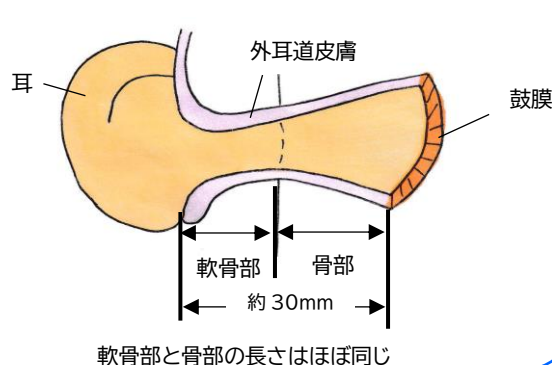
耳垢を大きく分けると乾性型と湿性型があり、日本人の8割が乾性型だと言われています。耳には自浄作用という自動掃除機能がついているため、耳掃除の基本は外まで運ばれた耳垢を拭き取るだけでいいと言われています。今回は耳垢や耳掃除の目安・注意点についてのお話です。

乳幼児と成人の外耳道の違いについて

乳幼児の耳



成人の耳



耳掃除はした方がいいの？



耳垢には虫などの侵入や細菌感染から外耳道の皮膚を守る働きもあるため、完全に除去する必要はありません。入浴後であれば柔らかなタオル系でそっと拭う程度で十分です！耳の奥から移動してきた皮膚の垢は、自然と耳の外へ落ちていきます。



耳掃除によって起こりやすい損傷

耳垢栓塞

耳垢は軟骨部から産生されるもので原則的には外耳道の浅い部分に存在します。耳掃除をした際などに人為的に奥に押し込んでしまう可能性があります。

鼓膜損傷

小児、特に乳幼児は骨部外耳道が未発達で鼓膜が浅い所にあるため耳かきを行うと鼓膜を傷つけてしまう危険性があります。

耳垢や耳だれなどの症状が気になる際には耳鼻咽喉科専門医の診察を受けましょう。

ご家庭で耳掃除する際の注意点・ポイント

- ①硬い耳かきは使わない
- ②清潔な綿棒を使いましょう
- ③お風呂上がりが取れやすいです
- ④耳の穴から1cm以上奥に入れない
- ⑤掻き出すのではなく、拭き取る気持ちで優しく掃除しましょう
- ⑥奥の耳垢は無理に取らず耳鼻咽喉科に受診してください
- ⑦小児は症状のない中耳炎が潜んでいる場合があり、定期的に耳鼻咽喉科にて耳の定期検診を受けることをお勧めします



【文献】1) 耳垢は自然に脱落するのか 埼玉医科大学 名誉教授 飯沼壽孝 Presented by Medical Online 小児科臨床 Vol.59 No.12

2) 赤ちゃんの耳垢はなぜおおいのか？ みやざわ耳鼻咽喉科 宮澤哲夫 Presented by Medical Online JOHNS Vol.28 No.3

3) 子どもの耳掃除はどうして行えばよいでしょうか？取れない場合は耳鼻咽喉科で取ってもらえますか？ 名古屋市立大学大学院医学研究科耳鼻神経感覚医学講座 中山明峰 村山信五 Presented by Medical Online JOHNS Vol.26 No.9

4) Q 耳掃除はした方がよいですか かみで耳鼻咽喉科クリニック 上手洋介 Presented by Medical Online 小児科診療・11号(339) 2131