

## 中耳炎の予防策

子どもは風邪をひいたときなどに中耳炎になりやすいですが、かといって、風邪をひかないようにするのは、無理ですね（子どもは「風邪の子」！？）。

鼻を強くかむと、のどの奥から耳管を通して中耳に細菌が送り込まれます。ですので、鼻をかむのは、片方の穴ずつ、優しく。小さな子は、でてきた鼻水をぬぐうだけにして下さい。

鼻水を勢い良く吸い込むと、これも中耳炎の原因になりますので、禁止です。

赤ちゃんの場合には、ミルクを飲む姿勢が、仰向けに近いとミルクなどが耳管に入ってしまいます。できるだけおこして飲ませて下さい。

これらを守るだけで、そういう中耳炎が少なくなるはずです。

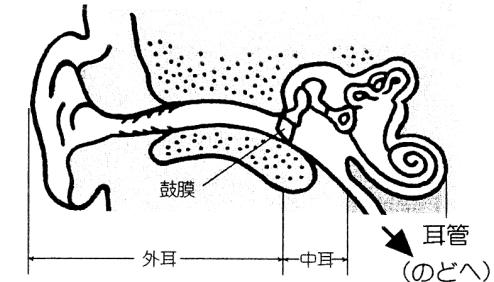


# 中耳炎



## 中耳炎とは

鼓膜の内側の「中耳」に細菌が入っておきる感染症です。中耳とのどは、「耳管（じかん）」という管でつながっているため、風邪などのときに細菌が入り込みやすくなっています。子どもは、この耳管がわりと太くて短めなので、中耳炎になりやすいようです。



## 中耳炎の症状

急に**耳の痛み**を訴えます。耳の穴の中に指を入れて、涙を流すくらい痛いこともあります。

さらに中耳炎がひどくなると、鼓膜が破れて中の膿がでてきます。これが**耳だれ**（耳漏）です。いったん、膿ができると中の圧力が下がるので、痛みがあさまることが多いのですが、治っているわけではないので、きちんと治療を受けて下さい。

赤ちゃんは耳の痛みを訴えませんが、かわりに**不機嫌**になったり、耳をしきりに手でかまう動作をすることもあります。

また、**原因がはっきりしない発熱**では、中耳炎を疑う必要があります。風邪のときにいっしょに中耳炎をおこしていないか、念のために確認しておくこともあります。



## 中耳炎の治療

**抗菌薬**を使って、中の細菌を殺します。痛みや熱があるときは解熱鎮痛剤も使います。（急に痛みだしたときには、臨時の処置として、熱さましの飲み薬や坐薬を使うと楽になります。）

内科的な治療で改善しない時には、**鼓膜を切開**して中の膿をだすこともあります（この処置は耳鼻科の先生にお願いしています）。

治療のうえで大切なことは、完全に中耳炎が良くなるまで、抗菌薬などの治療を続けることです。きちんと治しておかないと、中耳炎がすぐに再発したり、水がたまる滲出性（しんしゅつせい）中耳炎になってしまいますこともあります。

また、中耳炎をおこしてしまう原因に、慢性の鼻の病気などがあるかもしれませんので、繰り返すようなら、よく診てもらって下さい。



## 園や学校

痛みや熱があさまれば、行っていいでしょう。

プールは、鼓膜が破れているときには無理です。医師の指示をもらって下さい。

### 滲出性（しんしゅつせい）中耳炎

中耳に、さらっとした水がいつもたまっている状態です。痛みや熱はないのですが、何となく耳が詰まっている感じがしたり、聞こえが悪かったりします。

中耳には、耳小骨（じしょうこつ）という、音を伝える大切な3個の骨がありますが、これらが「水浸し」の状態になっているため、難聴になることもあります。

治療は、数か月～数年かかることがあります。辛抱強く、治療を受けて下さい。

### 再発性中耳炎

中耳炎をたびたびくり返す乳幼児が時にあられます。とくに集団保育がそのリスクになっているようです。予防として「十全大補湯」をいう漢方を長めに使うことがあります。