

ほけんだより

病児・病後児保育「みどり」
令和6年7月発行



今月のテーマは「**中耳炎・鼻のかみかた**について」です！

中耳炎とは？



人の耳は、外側から大きく外耳・中耳・内耳という構造に分けることができます。
中耳炎はその中耳にあたる部分、つまり鼓膜とその後ろの空間（中耳腔）を
形作る中耳粘膜に、炎症などの異常が起こる病気です

中耳炎の症状

- ・ 急な発熱や高熱、数日熱が下がらない
- ・ 耳を痛がる、耳が赤い、熱い
- ・ とにかく機嫌が悪く、耳をよく触る
首を振るなどの仕草をする
- ・ 耳が聞こえにくい
- ・ 耳だれがある

中耳炎の症状

耳をよくいじる

耳が痛い

耳漏

不機嫌

聞こえが悪い

呼んでも気づかない

発熱

中耳炎の種類

急性中耳炎

滲出性中耳炎

子どもに多い急性中耳炎のほとんどは、かぜをひいた後に見られます。中耳の粘膜がウイルスや細菌などに感染し、炎症を起こすことが原因です。中耳の奥は、「耳管」という管で鼻やのどとつながっていて、子どもの場合、大人に比べて耳管が太く、短くなっているため、鼻やのどについたかぜなどのウイルスが、耳管を通して中耳にまで入り込んでしまいやすいのです

正しい鼻のかみ方のポイント



正しい鼻のかみ方は、まず反対側の鼻をおさえて、片方ずつかむ。両方の鼻を一緒にかむと、細菌やウイルスが含まれている鼻汁が鼻の奥に吸い込まれてしまうため注意する。鼻をかむときは、ゆっくり、少しずつ。このとき、力まかせにかんではいけません。鼻の中が傷ついて鼻血が出たり、耳が痛くなることもあります。中途半端に鼻をかみ、鼻汁が残ると、その中で細菌やウイルスが増えてしまうこともある。もちろん、子どもが鼻をすする行為も、細菌やウイルスが含まれている鼻汁が鼻の奥に入ってしまったたり、耳まで達して中耳炎の原因になることもあります