

平成24年12月(年末) NO.13

発行:三重耳鼻咽喉科 荘司邦夫・坂井田麻祐子

津市観音寺町 445-15

Tel:059-228-0100 Fax:059-228-0133

ホームページ: <http://www.miejibika.com/>携帯サイト: <http://www.miejibika.com/i/>

今回の号はずいぶん遅れてしまい、申し訳ございませんでした。今まで通し番号を振っていませんでしたが、今回で13号、いろんな話題をお伝えしてきました。

今号では、最近話題となった「耳管(じかん)」の病気についてです。

耳管は、鼻の奥と中耳をつなぐ細いトンネルのようなもので、大人ですと、約3.5cmあります。中耳は、鼓膜の奥にある小さなお部屋のことですが、ここと鼻の中をつなぐことで、耳管は中耳の中の圧力調節をしています。

エレベーターや飛行機に乗り急激な昇降がある場合や、ダイビングで深く海に潜ったときなど、我々は耳に圧迫感や痛み、ボワンと聞こえにくい感じを経験します。これは、周囲の圧力と、中耳の圧力に差が生じるためです。気圧の低いところへ行くと、中耳の方が圧力が強いいため、鼓膜が外へ引っ張られるような感じになります。逆に、気圧の高いところへ行くと、鼓膜がぐーっと内側へへこんでいきます。そんなとき、私たちははずとつばを飲み込んだり、ガムを噛んだりしていませんか？実は、飲み込む動作により、耳管が開いて、外界(つまり鼻の中)と中耳を同じ圧力に戻してくれているのです。これが、主な耳管の働きです。ダイビングの時に言う耳抜きは、口と鼻を閉じて息を出し、鼻から耳管を通じて中耳へ空気を送り込む行為ですが、このことで中耳の圧を上げ、鼓膜のへこみを解消しているわけです。もし、上手に耳抜きが出来ない状態で深く潜ると、鼓膜が急激に強くへこん

でしまうため、強い痛みとともに中耳内で内出血を起こしたり、ひどい場合、鼓膜が破れてしまうこともあります。耳管は、鼻の奥に開いているため、風邪やアレルギー性鼻炎などで鼻の中が腫れている人は、耳管の通りが悪くなります。このため、気圧の変化が起こったときに、つばを飲んでも耳抜きをしても、うまく圧が解除できない、耳がぼわーんとした状態が治らない、ということになりがちです。飛行機に乗る前や、ダイビングの前には、一度鼻のチェックを受け、鼻に病気がある場合は、治療を受けられてからお出かけになると、より快適に楽しくお過ごしになれると思います。

特に鼻に病気がないのに、いつも気圧が変化すると耳が痛くなるという方もおられます。そういった方は、耳管が細くて狭い、「耳管狭窄症(じかんきょうさくしょう)」かもしれません。耳管狭窄症の方は、気圧の変化がない、普段の生活でも、何となく耳が詰まったような感じがあったり、それによって聞こえにくい感じがしたりします。耳抜きをしたり、耳鼻科で「耳管通気療法」といって、鼻から耳管に空気を通す治療をすると、楽になります。原因は色々考えられますが、小さい頃に何度も中耳炎を起こした方、あるいは、そもそも生まれつき耳管が細い方などの可能性があります。鼻に特に病気がなければ、時々通気療法をしたり、外界と中耳の圧を同じにするために、鼓膜に穴を開け、チューブを通しておくといった治療を行います。耳管は、骨の中を通っているので、元々狭いものを広げることは困難です。治療はやや難しいと考えられています。

逆に、耳管が緩んで開き気味になる「耳管開放症(じかんかいほうしょう)」という病気もあります。最近、あるテレビ番組で取り上げられ、大きな話題となりました。開放症の場合は、耳管の、主に鼻側の入り口が何らかの原因で閉じにくくなり、中耳と鼻が常に通じてしまっています。このため、自分の声や呼吸の音が耳の中で響く感じや、それに伴う聞こえに



くさが起こってきます。耳が詰まる様な感じも同時に起こることが多く、狭窄症と区別しにくいこともあります。この病気を疑ったときは、鼓膜を診させてもらっている最中に、診ている側の鼻だけで深呼吸をしていただきます。呼吸とともに、鼓膜が膨らんだりへこんだりするようなら、耳管開放症の可能性が高いです。耳管が開きすぎて、鼻を通る空気が、そのまま中耳までできてしまうのです。耳管が開く原因は、急激なダイエットにより耳管の入り口が痩せる、妊娠に伴い耳管入り口の筋肉が緩む、高齢に伴い耳管入り口の筋肉が痩せる、などが比較的多いと思います。運動時に鼻の奥が乾燥し、一過性に開放症のような症状が出る人もおられます。乾燥によって粘膜が縮むために、耳管が開き気味になるためです。耳管開放症も、治療が難しいと言われていますが、乾燥を防ぐために、生理食塩水を点鼻してもらったり、蒸しタオルやマスクを使って鼻を保湿してもらう方法は、皆さんにお勧めします。また、開放症の方は、頭を下に向けたり、横になると症状が楽になると言われます。重力で血液が頭に上り、耳管の入り口が少しふっくらするので、閉じやすくなるのでしょうか。起きている時にも耳管の入り口に血液を貯めやすくするために、ネクタイやスカーフで首を圧迫するという方法も治療の1つです。また、当院では、漢方薬の治療を中心としており、比較的改善する方が多いです。そのほかにも、耳管に薬を塗ったり詰めたりする、管のようなものを耳管の中に入れて狭くする、コラーゲンや脂肪を耳管の入り口に注入して狭くするといった治療法や、鼓膜の動きを止めるために、鼓膜にテープを貼る治療法などを積極的に行っている施設もあります。当院の治療で改善しない方の場合、県外のお施設にご紹介させていただくこともあります。

耳管開放症の場合、その苦痛な症状を少しでも改善しようと、つい鼻をすすってしまう方がいます。鼻をすすると、耳管が狭くなるので、一時的に症状が楽になるためです。しかし、鼻すすりを続けていると、鼓膜が内側にへこみ、中耳炎を起こしやすくなります。また、強く凹む部分ができると、この凹みに耳垢のよ

うなかが溜まり、どんどん増え、骨を溶かすような中耳炎（真珠腫性中耳炎：しんじゅしゅせいちゅうじえん）を引き起こすこともあります。そこまで進行することは滅多にありませんが、鼻すすりはなるべく止めた方がいいですね。

### <ちょこっと小話>

先日、いつもお世話になっている小児科の先生から、おもしろい話を聞きました。三重県は、いつもインフルエンザの流行が、他府県と比較して遅いそうです。しかし、年明けからは流行するのですが、それはどうしてか？お正月には、北から南から、伊勢神宮の参拝客が三重県に集まります。どうもそこでインフルエンザウイルスがまき落とされるのではないかというのです。初詣は、風邪を引いたから行かないとか、あまり聞きませんよね。皆さん結構無理して、気合いを入れて参拝に行かれます。そこでインフルエンザをもらい、年明けから流行するというのでしょうか。

インフルエンザの裏話としてもう一つ。今年ワクチンを接種された方、例年に比べて少し痛かったと思われませんでしたか？実は、痛み止め作用のある添加物で昨シーズン副作用を起こした子供さんがあり、今年から省かれたそうです。今年は私も、「痛いですよ～」といいながら、接種させていただきました。



空気も乾燥し、11月を過ぎてから、風邪引きの方がかなり多くなりました。皆様、体調管理を十分していただいて、良いお正月をお迎えください。お部屋の加湿、うがい、手洗い、マスクを心がけてくださいね。

（文責：坂井田）