

平成 29 年 4 月 NO.26

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/>

＜花粉症のこと＞

今年のスギ花粉飛散予想は、昨年の 1.6 倍、2 月中旬頃・・・と前回の号に書かせて頂きましたが、実際は、気温差が激しいせいか、週に 2, 3 日大量に降る様な振りが、3 月に入ってから繰り返されました。そのタイミングで外出をしたり、連休が重なって屋外でレジャーを楽しんだ方々が、強い症状でいらっしまった印象です。4 月に入り、スギは減り、ヒノキが始まってきました。ヒノキ花粉症もお持ちの方は、引き続きご注意ください。

前もってお薬を飲んでいても症状のひどい方々は、マスクをしていなかったり、洗濯物やお布団を外に干されている方が多いようです。ちょうどお天気がよくなってくる春ですので、お洗濯を外に干したくなりますが、多い日は、1 cm²に数百個の花粉が付き

ますので、洗濯物を取り込んだおうちの中は花粉だらけに。しかも、一旦おうちの中に入った花粉はなかなかでていきませんので、日によっては外より家の中の方が花粉が多いことも考えられます。これでは、いくら強いお薬を飲んでいても効果が出ません。また、花粉をたくさん浴びると、今以上に強い症状が出る体質へ、



病状が進行してしまいます。なるべく「吸わない」ことが基本です。一旦入ってしまった花粉は、寝具やカーペット、衣類にくっついていきますので、市販の花粉用スプレーなどを利用し、症状が出にくくなるよう工夫をしてみてください。

＜大きな音の弊害＞

例えば、風船を膨らませてそれが割れたとき、大きな音がしますが、この音で難聴になる可能性があることを、最近カナダの聴覚学准教授の研究グループが発表しました。風船が破裂するときの音は、ショットガンよりも大きく、168 デシベルとことです。ささやき声や換気扇の音が 40 デシベル（静か）、トイレの洗浄音が 60 デシベル（普通）、パチンコ店内が 90 デシベル（うるさい）、自動車のクラクションが 2m の距離で 110 デシベル（極めてうるさい）、ジェット機の離陸音が 130 デシベル、至近距離の落雷が 140 デシベル（いずれも我慢できない騒音）・・・ということは、風船の破裂音はこれらのどの音よりも大きいということになります。ヒトは 140 デシベルを超える音を一度聞いただけでも聴力を損なう可能性があるとのことですから、風船は耳の近くで破裂しないよう、注意をしてください。



当院でも、大きな音で耳の調子が悪くなる方がいらっしまいます。例えば、「ロックコンサートなど大きな音のする会場に行っから聞こえにくい、耳が詰まった感じがする、耳鳴りがする」「剣道で面を打たれてから、耳がおかしい」「お祭りの大きな音を聞いてから耳がおかしい」といった症状は、ある程度大きな音がすることが分かっている上で音に曝露（ばくろ）された結果難聴を来



すもので、「急性音響性感音難聴」といいます。一方、急に耳元で風船が割れた、大声を出されたなど、全く予期せぬ時に生じた強大音の曝露で起こる難聴は、「音響外傷」といいます。どちらも急性の難聴ですので、治療の対象にはなりますが、薬を飲んでも良くならない人もあり、治りにくい難聴です。できるだけ、大きな音のするところには行かないようにするか、行く場合は耳栓

を着けていくとよいと思います。

バンドをしていて常に大きな音を聞いている、厨房の換気扇を長年聞いている、美容師でドライヤーの音をいつも聞いている、工場の機械音がいつも鳴っている職場であるなど、長年にわたり大きい音に曝露されている場合も聴力低下の原因となります。これは、「騒音性難聴」といい、慢性的な変化です。聴力低下の程度は人それぞれですが、治療は難しく、耳栓での予防が重要です。高い音を中心とした難聴になるので、高い耳鳴りがしたり、言葉が聞き取りにくくなるなどの症状が出ます。

人間ドックや健診で実施する聴力検査では、低い音（1000Hz）と高い音（4000Hz）を測定しますが、この高い音が最初に落ち始める人が多いです。異常を指摘されたら、一度詳しい聴力検査を受けられることをお勧めいたします。



<治療用の「風船」のお話>

風船にも、実は治療に使うものがあります。当院で最近用いている「オトヴェント」という風船は、鼻息で膨らませる風船で、鼓膜の奥に水が溜まる「滲出性中耳炎（滲出性中耳炎）」や、鼓膜が奥へ凹む「鼓膜陥凹（こまくかんおう）」、中耳の壁に鼓膜がく

っついてしまう「鼓膜接着（こまくせつちやく）」等の治療にもちいます。

トンネルに入ったり、高いところに上ったりすると、耳が「つーん」とする、「ぽーん」と詰まった感じがする、といった経験をされるとと思います。これを解消するため、つばを飲んだり、耳抜きをすることが多いですね。耳と鼻は「耳管」という管でつながっており、つばを飲んだりあくびをしたりするとこの管が開くようにできています。管が開くと、鼻と耳の中の気圧が同じになり、「つーん」とした感じが治ります。耳抜きは、鼻から耳に空気を送って、同じように気圧差を解消しているわけです。この耳抜きを補助する医療器具が「オトヴェント」です。「滲出性中耳炎」や「鼓膜陥凹」「鼓膜接着」に対しては、これまで、鼻から管を通して空気を送る「耳管通気法」や、鼓膜を切開して細い管を入れる「鼓膜チューブ挿入術」が主流でした。これらは今でも必要な治療法ですが、一つの治療オプションとして「オトヴェント」が加わったことで、より自然治癒に近い形で病状を改善させることができると思っています。「オトヴェント」のメリットは、自宅で自分で行える治療法ということです。小さいお子様でも3、4歳くらいからお鼻で風船を膨らませることができます。必要な方には医師からお勧めしますが、ご興味のある方は、「オトヴェント」とネット検索して頂くと、販売元のホームページや動画サイトなどでも見るすることができます。治療だけでなく、ダイビングをするひとの耳抜き練習器具として、また、飛行機に乗ったときの耳抜き補助具としても紹介されています。

<お知らせ>

6月2日、3日に、栃木県宇都宮市で日本小児耳鼻咽喉科学会総会・学術講演会が開催され、坂井田が演題発表するため、病院が休診となります。ご了承ください。