



NO.29 平成 30 年 4 月

発行：三重耳鼻咽喉科

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/>

<前回号からの話題を少し・・・>

昨年末に発行した、NO28の当新聞で「ムンプス難聴」のお話を書きました。今年度からのNHK朝ドラの主人公は、なんとムンプス難聴で左耳の聴力を失ったという設定で、少し驚きました。ムンプス（おたふくかぜ）は、季節を問わず、いつでも一定数の感染者がいます。ワクチンで予防できるので、まだかかったことがない方や、ワクチンを受けてない方は、是非予防をお願いいたします。ムンプス難聴は大変難治なので、一度かかると聞こえが戻らないことが多いです。多くは片耳ですが、両耳にかかってしまう人もあるので、予防が肝心です。

<花粉症と咳>

今年のスギ花粉、ヒノキ花粉は、とてもたくさん降りました。特に、ヒノキは、降り始めが例年よりも早く、しかも急激に大量飛散したため、3月半ば頃から突然鼻水やくしゃみが止まらなくなった方がたくさんいらっしゃいました。強い症状の方は、高熱が出たり、頭痛や倦怠感など、まるでインフルエンザを思わせるような症状で来院される

方もあり、花粉症の恐ろしさを感じます。

例年、花粉症の時期に咳が出る方が多くいらっしゃいます。花粉による咳の特徴は、「のどがイガイガして咳が出る」「一度出だすと止まりにくい」「主に空咳」「アメをなめていると楽」といったものです。一般的に、鼻水やくしゃみを止める「抗ヒスタミン剤」を使うと、のどのイガイガ感が改善し、咳も治まります。気管支まで過敏になるタイプの方は、一時的に気管支喘息用の吸入薬を必要とする場合もあります。春から夏にかけて飛散するイネ科の雑草による花粉も、咳やのどのイガイガ感が出やすい印象です。草刈りや外でのレジャーなどの際、症状の悪化があればご相談ください。



<耳鼻咽喉科健診>

新年度が始まり、新しい学年、学校に進む子どもさん達は、夏までの間に「耳鼻咽喉科健診」を受けられると思います。我々も、複数の小中学校や幼稚園、高等学校に健診に伺います。

耳鼻科健診では、診察室よりは簡便な方法ですが、耳、鼻、のどの診察をし、それぞれ疾患がないかをチェックします。異常があれば、学校の保健の先生がご自宅に通知をし、耳鼻科受診をするようお伝え頂くことになっています。

これまで健診をしていて、一番多いのが、「耳垢栓塞」。つまり、耳垢がたくさん溜まった状態です。耳垢は、人によっては硬くて自宅で見えない場合や、綿棒などで押し込んでしまって出せなくなった場合など、様々な理由で溜まってしまいます。健診を実施するのは大体4～6月ですが、そのあとプール水泳を実施する学校が多く、水泳の前に除去するように勧めます。これは、耳垢がたくさん詰まったところにプールの水が染みこんでしまうと、耳垢がふやけて膨張し、急に耳が



聞こえなくなってしまう・・・といったトラブルがあるためです。学校から用紙をもらわれたら、是非早めに受診をしてくださいね。

次に多く見られるのは、「アレルギー性鼻炎」。この時期は、すでにスギやヒノキの花粉は終わっていることが多いので、先程挙げましたイネ科の花

粉症か、通年性アレルギー性鼻炎（年中鼻炎がある、ダニやハウスダスト、ペットなど）の方々になります。耳鼻科にかからずに我慢しているお子さんもいらっしゃるの、ひどい症状が見られる場合は受診を促します。

時々「扁桃肥大」を指摘しますが、内科検診で指摘されてくる場合もあります。扁桃は、口を開いたときに奥の方で左右に見える丸い隆起で、とても大きな人は、左右の扁桃が真ん中でひつつくくらいのこともあります。症状がなければ治療対象にはなりません、いびきや無呼吸などがある場合は、受診が必要です。

<舌下免疫療法が子どもさんでもできるようになります>

スギ花粉症、ダニアレルギーによる鼻炎、喘息の患者さんを対象とし、アレルゲンエキスを毎日舌下に服用することで、アレルギー症状を改善する「舌下免疫療法」。12歳以上で保険適応となってから、3年ほど経過しました。主に成人の方々に実施していましたが、スギ花粉のエキスが本年6月下旬頃より、5歳以上から適応となるそうです。すでに、ダニのエキスに関しては、5歳以上から保険適応があります。舌下免疫療法は、毎日舌下にエキスを入れ、1分ほど保持して飲み込みます。3年から5年の継続が必要です。リスクや生活上の制限もありますので、ご興味のある方は、一度ご相



談ください。詳しくご説明いたします。

<気道異物予防のための絵本「つぶっこちゃん」>

昨年11月に院長監修で出版した「つぶっこちゃん」、待合室にも置かせて頂いていますが、ご覧になって頂きましたでしょうか？

のどや気管支に食べ物などの異物が詰まる

「気道異物」という事故を啓発するために、

幼稚園などを中心に講演活動を行ってきましたが、お話だけでは忘れてしまったり、説得力がなかったりするので、子どもも大人も学

べて記憶に残るよう、絵本という形にしました。この絵本には、家庭内でありがちな事故の起こりそうな場面設定、実際の手術現場や人体構造に近づけたリアルなイラスト、気管支異物に多い「マメ」を扱う節分のあり方、実際に事故が起こったときの対処法など、私のお伝えしたいことがぎっしり詰まっています。地元の絵本作家・つつみあれいさんにお話し、何度も何度も打ち合わせて、素敵な絵本に仕上げさせて頂きました。リズムのよい文章で、子どもさんでもさらりと読める絵本でありながら、医学情報満載で、自然と異物事故の怖さや食べるときに気を付けなければならないことが意識できるようになっています。この絵本が、ご家庭や幼稚園、保育園などで活用され、一人でも異物事故で命を落としたり、手術を受けなければならない子どもさんが減ってくれることを望んでいます。

絵本を用いたアンケート調査結果を発表するために、日本小児耳鼻咽喉科学会に出席します。7月13日（金）は休診となりますので、何卒御了承くださいませ。

