

# 子どもと健康

令和6年2月（第293号）  
子どもの健康を考える会

暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きます。インフルエンザや溶連菌などいろいろな感染症が流行していますので、手洗いなど予防に心がけて、元気に過ごしたいと思います。

今回は、『耳掃除』について、佐久間耳鼻咽喉科 佐久間 伸二 先生に、ご指導をいただきました。



耳垢とは外耳道の皮膚が古くなって剥がれて、落ちたものや、外耳道の入り口にある耳垢腺というところから出る分泌物が固まったものです。耳垢は大きく分けて湿性耳垢（ベトベトした耳垢）と乾性耳垢（カサカサした耳垢）に分けられます。日本人の8割くらいが乾性耳垢と言われています。残りの2割くらいが湿性耳垢。アフリカ人やヨーロッパ人は湿性耳垢が多いといわれています。

耳には自浄作用があり、外耳道の中は弱酸性に保たれており、細菌などによる感染を防ぐ機能があります。耳かきなどで外耳道を傷つけると、この防御機能が崩れ外耳炎を起こしやすくなります。また古くなって剥がれ落ちた皮膚も毎日少しずつ外に運ばれ耳垢となっています。

耳掃除の基本は外まで運ばれた耳垢を拭き取るような感覚でよいと思います。竹や木、金属などでできた耳かき棒を使う時は注意が必要です。当院を受診する人の中には耳かき中に人や物にぶつかって外耳道を傷つけ出血し受診する人が月に1人はいます。鼓膜を破ってしまう人も年に数人います。小児でも大人の真似をして耳かき棒を自分や兄弟の耳に入れたりするので注意が必要です。耳かき中にペットの猫がジャンプしてぶつかり耳かき棒が耳の奥の内耳まで刺さり緊急手術を必要としたという報告もあります。

子どもの耳掃除をする時は、なるべく耳かき棒を避け耳の入り口に出てきた耳垢を綿棒などで拭き取る程度でよいと思われます。奥に詰まって取れそうにないものは無理をせずに、耳鼻科専門医を受診し取ってもらって下さい。筆者自身は風呂上りにアルコールの付いた綿棒で耳の入り口を一拭きするのみ。この時家族には私の周りに「近寄らないで」と言っております。

佐久間耳鼻咽喉科 佐久間 伸二



岐阜市役所 子ども保育課

TEL：214-7825（ダイヤルイン）

FAX：262-1121

Eメール：[hoiku@city.gifu.gifu.jp](mailto:hoiku@city.gifu.gifu.jp)