



ほけんだより

平成31年2月27日
 看護師 津上眞理子
 伊藤 裕子

少しずつ暖かくなり始め、柔らかな陽の日差しを感じるようになりました。しかし、この時期は朝晩だけでなく、日中も突然真冬の寒さが戻ってくることがあるので、衣服での調節を行いましょう。

溶連菌感染症等、発熱する園児が多く見られます。手洗い・うがいをしっかり行い、予防に努めましよう。

耳を健康に！

3月3日は耳の日です。ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳炎の原因になることもあります。日ごろから気をつけるようにしましよう。

1 耳をつめで引っかいたり、強く引っばったりしない

2 耳あかがたまっていないか、こまめにチェック

3 鼻をかむときは、片方ずつ静かに

4 耳のそばで、大きな音や声を出さない

気をつけよう！ 耳の病気

外耳炎

原因

耳の入り口から鼓膜までの外耳道に炎症や湿しんができた状態。耳あかが原因になることもある。

症状

湿しんができるとかゆい、耳を触ると痛い、発熱やうみが出ることもある。

治療

抗生物質の点耳薬や内服薬を使うと、1週間程度で治まる。

ポイント

外耳炎になったら、耳をむやみに触らないように。

急性中耳炎

かぜが原因で起こることが多く、ウイルスや細菌が中耳に達して炎症を起こした状態。

激しい耳の痛みと、高熱。一時的な難聴・閉そく感がある。耳だれが出たり、乳児の場合は、おう吐や下痢が見られることも。

化膿していなければ、抗生物質の服用で、ほぼ治まる。

繰り返し中耳炎を起こすと、滲出性中耳炎になりやすいので、きちんと治すように。

滲出性中耳炎

中耳内に分泌液がたまった状態。かぜや、急性中耳炎の繰り返しが原因で起こる。

痛みや熱はないが、耳が聞こえにくくなったり、閉そく感・耳鳴りがある。

必要に応じて鼓膜を切開し、たまった液を抜いてようすを見る。分泌液が吸収されて、自然に治ることも多い。

痛みがなく気づきにくいので、耳の聞こえやようすの変化に注意。