耳のそうじと外耳炎

★耳垢をご自分でとる事（耳そうじ）は，外耳炎の原因になるため非常に危険です。

★外耳湿疹（しっしん）があると、かゆいために耳をかきたくなります。かき過ぎると、耳が痛くなり、外耳炎の治療が必要となります。

★外耳湿疹は初期のうちに治療する事が重要です。かゆくてがまん出来ない時には，かゆみどめの軟膏をぬって，耳をさわらない様にすれば外耳炎になる事をふせげます。

★耳垢を安全にとる事は簡単ではありません。御両親が自分のお子さんの耳そうじをして外耳を傷つけたり、ひどい場合には鼓膜を破ってしまい，手術が必要になる事もあります。耳鼻科専門医である私自身も，家族の耳垢を自宅でとる様な危険な事はしません。家族の耳垢をとる必要のある場合には，やはり診察台に座らせて，診察用のファイバーで鼓膜を見ながらとる事にしています。

★水泳をした後で水をとるために耳をいじる事はよくありません。泳いだ後は外耳が水のためにふやけて傷つきやすくなっているために，耳をいじるのは非常に危険です。泳いだ時に入った水は自然に蒸発してなくなります。いじらないでそのまま放置する事です。どうしてもとれなかったらすぐにご来院下さい。

★**育児相談等で，“耳垢をとる事ぐらいは親の責任”と、指導されるかもしれませんが，私は以上の理由からこの考えには反対です。**

体質によっても違いますが，耳垢は３～４ヵ月に１回くらいとれば十分です。数カ月に１回，耳垢をとりながら耳鼻科医の健康診断を受けるのもむだではないと思います。

矢野耳鼻咽喉科　藤沢市善行 1-25-11　TEL　８１－３５４１
医学博士　日本耳鼻咽喉科学会専門医　矢野　潮
日本耳鼻咽喉科学会専門医　矢野　ゆかり
日本耳鼻咽喉科学会専門医　矢野　さゆり