Dr.米谷&真崎のリレー講座

患話休題

かんわきゅうだい

21

院長
真崎 雅和

耳掃除のうまい方法？

私たち耳鼻科医は大げさではなく、もう何十年にもわたり耳垢は無理にとる必要はないと繰り返し述べてきましたが、一向に市民権を得た様子はありません。耳をいじりすぎて真っ赤に腫らして耳鼻科を訪れる方が少なくありませんし、場合によっては耳の穴が完全にふさがるまで腫らしてくる方もおります。昔であれば、炎症が骨を腐らせるまで深部に達したり、豊富な血流に乗って広範囲に広がることもあったのですが、そこまで重症化することは今のところまれです。ただ感染の原因となるブドウ球菌は、現在ではほとんどが薬の効かない耐性菌ですので、本人は大したことはなくても、免疫力の弱い新生児やお年寄りに移したりすると厄介な病気を引き起こすことになります。

私どもがいつもびっくりするのは、産後退院時に渡されるパンフレットに耳の掃除をするように書いてあることです。新生児の皮膚には生まれたときに胎脂が付着しています。生まれてすぐに沐浴するとはげ落ちてしまいますが、本来は皮膚の乾燥を防ぐ効果があり、無理に完全に除去しないという考え方もあります。耳も同様に板状の胎脂が付着しているので、それを早めに取りなさいと指導したものと思われます。保護している膜をわざわざ綿棒でこすって皮膚を傷つける行為は愚の骨頂です。やさしくこすっているつもりでも、必ず傷をつけているものなのです。

生まれた後は耳垢腺というところから分泌物が出て、これも耳の皮膚の潤いと殺菌を助けてくれます。それに守られながら皮膚は耳の外に向かって角化していくには耳垢腺の分泌物と一緒にそげ落ちていくので、無理にする必要はなく、耳の穴の周りを湿ったタオルでふけば十分なわけです。ではなぜたまるのか？それは出てこようとする耳垢を無理矢理綿棒かなんかで押し返したり、強く耳かきをして傷をつけて炎症性の分泌物が固まったりするからです。人間の体の表面を強くこするという行為で有益なものはありません。

ただ、日本人の8割は実はこの耳垢腺がないのです。つまり耳垢成分は皮膚の角化のみなので乾いた耳垢ということになります。こんなのは全世界でただ二種、北モンゴロイド系のみの突然変異でして、世界では軟らかい耳垢のほうが普通です。西洋人は近代では耳かきをしないそうですが、日本人は耳が乾燥するのでついつい耳かきをしたがるのでしょう。でも耳かき中の突発的な出来事（急に振り向いてしまった等）で、耳が聞こえなくなってしまったということもまれではないし、事故はたびたび起きています。耳かきはやめましょう。私たちが完全かつ安全に取り除きます。

診察時間が近づいたことをお知らせする
メールサービスを
約30分前
ご利用ください。
ご希望の方はメルアドを受付へ!!

急患 随時受付

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 8:30〜12:00	○	○	○	○	○	○	休診
午後 3:00〜6:30	○	○	○	休診	○	△ 3:00〜4:00	

真崎耳鼻咽喉科医院
TEL.018-845-0234 FAX.018-847-1321
秋田市土崎港中央6-8-3