健やか豆知識 第15回

Q. 副鼻腔炎と合併している可能性があるのはどれ?

Ⅰ かぜ（感冒）　Ⅱ アレルギー性鼻炎　Ⅲ ぜんそく

長引く子どもの鼻水、軽視しないで。

「鼻たれ小僧」は、もはや昔の話。鼻水が2、3日から1週間程度で終わればいいのですが、いつまでも続いているようであれば放っておかずに、一度、耳鼻咽喉科で診てもらいましょう。

特に鼻水がサラサラしたものではなく、黄色やネバネバしている場合は、副鼻腔炎(蓄膿症)の可能性があります。副鼻腔炎は鼻の奥にある副鼻腔の粘膜に炎症が起こり、副鼻腔に膿が溜まることで、色のついた粘り気のある鼻水が出てきます。

また、子どもは副鼻腔が狭いので膿が喉に垂れて、それが刺激となって咳が出ることで、ぜんそくと間違われてしまうことがあります。さらに症状が似ていることから花粉症などアレルギー性鼻炎と間違われることもあります（ただし、子どもの場合は、副鼻腔炎とアレルギー性鼻炎が合併していることもあります）。「鼻水がどんな状態であるか」、「症状がどのくらい続いているか」を伝え、正しい治療をすることが必要です。

子どもの副鼻腔炎は大人よりも軽症ですが、頻度は高いので軽視しないほうがよいでしょう。視診やエックス線検査で副鼻腔炎と診断されたら、マクロライド系の抗菌薬で治療します。アレルギー性鼻炎を合併している場合は、同時にアレルギーの治療も行います。

子どもは鼻をすすっていることが多いため、鼻水を垂らしていないように見えていることがあります。鼻をすする、袖で拭うなどの癖がないか、口呼吸になっていないかを観察してください。そして正しい鼻のかみ方（①片方ずつかむ、②ゆっくり大きくかむ、③口から息を吸ってからかむ）を教えてあげることが大切です。

監修 後藤 穣　日本医科大学付属病院 耳鼻咽喉科・頭頸部外科 准教授

< Ⅱ 正解 >

さらに詳しい情報はホームページで！

高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。
── 人びとの健康を願って ──
高田製薬株式会社

< 正解 Ⅱ アレルギー性鼻炎>

クイズの解説

子どもの場合は、副鼻腔炎とアレルギー性鼻炎が合併していることがあります。

副鼻腔炎は鼻水が出ているという症状から、花粉症などのアレルギー性鼻炎と思われることがあります。黄色やネバネバした鼻水は副鼻腔炎の可能性がありますが、無色でサラサラした鼻水なら副鼻腔炎はあまり考えられません。しかし、この両者が合併していることもあり、もともとアレルギー性鼻炎をもっている子どもは、黄色の鼻水が出なくなっても、無色の鼻水が続くことがあります。そのため子どもが鼻水を出していたら、鼻水の色や性状を観察し、鼻水が長引く場合は耳鼻咽喉科を受診しましょう。

子どもの副鼻腔炎の治療も大人の場合と同様に鼻汁や鼻漏の吸引や鼻の洗浄などを行い、多くはマクロライド系の抗菌薬で治療します。副鼻腔炎を治療しないでいると、ひどい鼻づまりなどから頭痛や疲労感、注意力・思考力・記憶力の低下、食欲低下などの弊害が出てくることがあるので、正しい治療をすることが必要です。

子どもは鼻水を出していないように見えても、保護者の見ていないところで鼻をすすっていることがあります。子どもは自分の症状を上手く伝えられないので、**鼻をすする癖がないか、たんが絡んだような咳をしていないか、頭を支えるような姿勢や何かにもたれかかる様子が増えていないか（頭痛がないか）、就寝時の口呼吸が増え、いびきをかいていないかなど、注意して観察してください。**鼻をすすると細菌が鼻の奥に入って耳まで達し、中耳炎を起こす危険性もあります。しっかり鼻がかめるように、**正しい鼻のかみ方を教えてあげましょう。**

正しい鼻のかみ方

①片方ずつかむ
両方一緒にかむと、細菌やウイルスが鼻の奥に追い込まれることがあるので、一方の鼻をしっかり押さえてから、片方ずつ鼻をかみます。

②ゆっくり大きくかむ
勢いよく鼻をかむと、鼻血が出たり、耳が痛くなったりすることがあります。ゆっくり、確実にかむようにしましょう。

③口から息を吸ってからかむ
鼻水を押し出すためには空気が必要です。空気をたっぷり出すために、口から息を吸うといいでしょう。