

健ガカナビ

第48回

耳あかは、耳の穴（外耳道）の皮膚からはがれた角質や、外耳道の皮膚にある耳垢腺（皮脂腺）からの分泌物などが溜まってできたもので、カサカサしたタイプ（乾性耳垢）とネバネバしたタイプ（湿性耳垢）があります。通常、耳あかは「自浄作用」によって自然に外方へ出ていくようになっていきますので、耳そうじの必要はほとんどありません。どうしても気になるときは、綿棒などで耳の入口（見える部分だけ）をなでるようによさしく拭き取るようにしましょう。実は耳鼻咽喉科の外来では、耳あかの掃除をしないために問題になる患者さんよりも、掃除をしすぎて炎症を起こしてしまう患者さんのほうが圧倒的に多いのです。

とくに赤ちゃんは皮膚が弱く、じっとしてくれないこともあって、皮膚を傷つけて外耳炎を生じる可能性があることから、耳そうじはあまりしないほうがいいでしょう。保育園や幼稚園児、小学生でも健康診断などで指摘されないかぎりは、耳あかを気にする必要はありません。

しかし、なかには外耳道が極端に狭いために自浄作用がうまく働かない場合や、湿疹や外耳炎による分泌物が、耳をふさいでしまうこともあります。耳が臭う、分泌物が出る、会話での反応がわるいなどの症状が気になるときは、家庭でむやみに耳そうじをするよりも耳鼻咽喉科を受診されることをお勧めします。

耳やへじは、ひかえめに



タカちゃんパパ

監修

耳鼻咽喉科いのうえクリニック院長

井上 泰宏

高田製薬株式会社

〒336-8666 埼玉県さいたま市南区沼影1丁目11-1

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。