

ほけんだより



令和7年2月
青梅みどり第一保育園

保育園では1月中旬頃からインフルエンザA型でお休みするお子さんが増えてきました。感染予防には手洗いとうがい、不要な外出を避ける、体調が悪い時は自宅で安静に過ごすことです。

インフルエンザの他にも感染症が流行する季節です。体調に気を配り、元気に過ごしましょう。

耳の話



耳は音を聞くだけでなく、からだの平衡感覚をつかさどる大切な役割があります。

耳の症状から考えられる病気



【耳が痛い】

炎症からの痛み → 急性中耳炎、鼓膜炎、外耳炎など

炎症以外の痛み → 外耳道異物、外傷、腫瘍など

耳以外の場所からの痛み → 顎関節症、のどの炎症など

【耳だれ（膿）が出る】

外耳道からの耳だれ → 外耳道湿疹、耳かきによる傷など

中耳からの耳だれ → 中耳炎など

【聞こえが悪い】

中耳炎、突発性難聴、メニエール病、加齢性難聴など

【耳が詰まる感じ】

外耳の場合 → 外耳炎、^{みみあか}耳垢が溜まる、異物や水が入るなど

中耳の場合 → しん出性中耳炎、耳管狭窄症など

内耳の場合 → 突発性難聴、メニエール病など

一般社団法人日本耳鼻咽喉学会より

子どもは大人と比べ耳と鼻をつなぐ管（耳管）が短く太いため、鼻やのどから細菌やウイルスが入り込み炎症が起きやすいのが特徴です。

^{みみかた}耳垢は耳の奥から少しずつ外に向かって移動します。無理に耳の奥まで掃除をする必要はありません。綿棒で耳穴の周りをそっと拭うだけでいいのです。耳かき棒を使う場合も、耳穴から見える範囲までで十分です。

耳掃除は無理せず優しくしてくださいね。



急性中耳炎

風邪をひいた後に起こることが多いようです。発熱し激しく泣く時、耳をよく触る時、急に夜泣きをした時、機嫌が悪い時、耳が痛いと言う時は急性中耳炎の疑いがあります。耳の穴を見て中から膿が流れ出ているようでしたら耳鼻科を受診しましょう。

* 鼓膜が破れ、膿が出る時に強い痛みを伴います

しん出性中耳炎

しん出液が中耳に溜まり、聞こえが悪くなるのが特徴です。痛みや熱がでないので、発見が遅れることがあります。名前を呼んでも反応しない時、テレビの音を大きくするようになった時など普段の子どもの様子に気をつけていきましょう。

寒い季節、蕁麻疹がでるお子さんが増えます。蕁麻疹はアレルギー症状の一つのため、保育園では発疹を発見した時、受診をお願いしています。原因のほとんどが「疲れや体調不良からくるもの」と言われることが多いです。



蕁麻疹は時間とともに消えてしまうのが特徴で軽視されがちですが、注意が必要な病気の一つです。



冷たいものに触れ蕁麻疹がでることがあります。これを寒冷蕁麻疹といいます。冬の時期は登降時や外遊び中に症状がでるお子さんがいますが、冷たい飲み物でアナフィラキシーショックを起こしたケースもあるそうです。皮膚症状だけでなく、のど粘膜にも症状がでるようです。