



1月中旬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。これからはB型の流行も懸念されます。しっかり睡眠をとって疲れを残さないようにすることと、きちんと食事を摂ることが大切です。合わせて体調には気を配り、お子さんの様子がすぐれない時は思い切ってお休みできるといいですね。



## 耳の話

耳は音を聞くだけでなく、からだの平衡感覚を司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

耳の炎症からの痛み □ 急性中耳炎、鼓膜炎、外耳炎など

耳の炎症以外の痛み □ 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

加齢性難聴、突発性難聴、メニエール病、中耳炎など

#### □耳が詰まる感じ

外耳の場合 □ 耳あかが溜まる、異物や水が入る、外耳炎など

中耳の場合 □ 耳管狭窄症、しん出性中耳炎など

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



この季節、蕁麻疹がでるお子さんが増えています。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は受診していただいています。ほとんどのお子さんは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。



#### 寒冷蕁麻疹

冷たいものに触れると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。冬の時期は登降園時や外遊び中に症状がでるお子さんがいます。また、寒冷蕁麻疹は皮膚症状だけではなく、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り、のどの粘膜にも症状がでるようです。

時間とともに消えてしまうので軽視されがちですが、注意がとても必要な病気です。

### 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。発熱し激しく泣いて普段と様子が違う時、機嫌が悪い時、耳をよく触る時、急に夜泣きをした時、耳が痛いと言う時は急性中耳炎の疑いがありますので耳の穴を見てください。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、膿が出る時に痛みを伴います。

### しん出性中耳炎

中耳にしん出液が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。

\*子どもは大人と比べ耳と鼻がつながっている管(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やすく、炎症が起きやすいのが特徴です。



### 耳あかの話

耳あかは、耳の奥から少しずつ外に向かって移動します。ですから無理に耳の奥まで掃除をする必要はないのです。綿棒で耳穴の周りをそっと拭うだけ、耳かき棒を使う場合も見える範囲までで十分なのです。優しく耳掃除をしてください。

### 園医の一言

先月に引き続き、インフルエンザと胃腸炎で受診するお子さんが多いです。ご注意ください。

2月6日付

