

寒さの中に時々春を感じるようになりました。こども達も春を見つけながら、元気に遊んでいるかと思えます。

今月は、3月3日の「耳の日」にちなみ、中耳炎についてお知らせします。



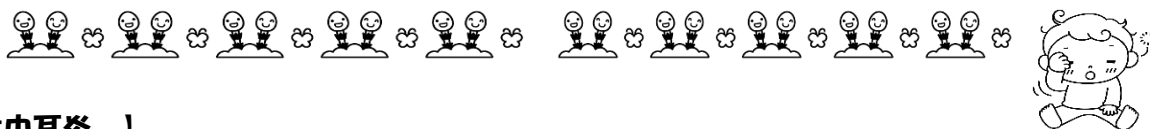
耳の役割は？

音を伝えたり聞き分けたりする役割のほかに、からだのバランスを知る重要なはたらきもしています。

なぜ子どもに中耳炎が多いの？

中耳は、耳管という細い管で鼻の奥とつながっています。子どもの耳は、大人と比べると耳管が太くて短いうえに、傾斜が少なく水平に近い角度になっているので、大人よりも細菌・ウイルスが中耳に入りやすくなっています。

また、抵抗力が弱く感染しやすいことから、中耳炎にかかりやすいといわれています。



【 急性中耳炎 】

- * 耳の痛み・発熱・耳閉感（耳がつまった感じ）・耳だれなどの症状があります。
- * 風邪などで鼻が出る・のどが腫れている・咳や痰が出るなどの状態が長く続くと、中耳炎が起こりやすくなります。風邪をひかないように気をつけましょう。
- * 鼻をかむときに力いっぱいかむと、逆に細菌・ウイルスが鼻の奥に入ってしまうので片方ずつ、優しくかむようにしましょう。
- * アレルギー性鼻炎・副鼻腔炎（ふくびくうえん）など、鼻の病気がある場合は、治療をしましょう。

【 滲出性中耳炎 】

- * 耳閉感・難聴などの症状があります。
- * 滲出性中耳炎の多くは急性中耳炎をきっかけに見つかります。
- * 急性中耳炎は、完全に治るまできちんと治療を受けましょう。



今年度も残りわずかになりました。

3月は、進級・進学を控えた子どもたちにとって、喜びの反面不安や緊張を感じやすい時期です。心身ともに体調を崩さないように生活習慣を見直しましょう。

早寝・早起き、排便リズムを整える、朝食を食べる等、生活のリズムを整え元気に新年度を迎えましょう。

