

小森耳鼻咽喉科医院だより

VOL.11



ご挨拶

小森 貴



食中毒に心配しなければならぬ季節がやってきました。昨年はO-157による集団食中毒で大騒ぎになりましたが、今年も大発生の予測がなされています。厚生

省では「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」を示しています。その中から、夏には特に注意すべき食品の保存について引用いたします。

■冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらずぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる。

■冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎに注意。目安は7割程度。

■冷蔵庫は10度C以下、冷凍庫はマイナス15度C以下が目安。温度計を使うとより正確。細菌の多くは10度Cでは増殖がゆっくりとなり、マイナス15度Cでは増殖が停止する。ただし細菌が死ぬわけではないので早めに使いきる事が肝要。

■肉や魚などは、ビニール袋や容器に入れ、冷蔵庫の中の他の食品に肉汁などがからないようにする。

■肉、魚、卵などを取り扱うときは、取り扱う前と後に必ず手指を洗う。石鹸を使い洗った後、流水で十分に洗い流すことが大切。

■食品を流し台の下に保存する場合は、水漏れなどに注意する。また、直接床に置いたりしてはいけない。

最新耳鼻科トピックス

急性中耳炎

細菌やウイルスの感染で、中耳に炎症

が起こったものです。感染のルートはかぜ、鼻や喉の炎症のあるとき、鼻咽腔と中耳の間を結ぶ耳管を経由してくるものがほとんどです。外耳道に水が入った場合でも、鼓膜が正常であれば中耳炎になることはありません。中耳に進入して中

耳炎を起こす細菌やウイルスとしては、化膿性球菌（ぶどう球菌など）が中心ですが、細菌では肺炎球菌やインフルエンザ菌による中耳炎も増えています。麻疹

やインフルエンザなどの急性感染症の時は、ウイルスは血液で運ばれてきます。

症状は、耳が詰まった感じや、耳内のかゆみで始まる場合もありますが、多くは耳の強い痛み、発熱が始まり、次第に難聴の症状がでてきます。片側の耳だけに起こることが多いのですが、乳幼児ではしばしば両耳に起こります。乳幼児は39度以上の高熱がでて、引きつけが起こることもあります。

このような場合には、鼓膜の内側に膿がたまり、そのために鼓膜全体が充血して腫れ上がっています。

治療は、痛みがひどいときには鼓膜切開してたまっている膿や分泌物を除去する必要があり、自然に鼓膜に穴が空き膿が出る場合もありますが、この場合は膿をよく除去して抗生物質などで治療

します。

鼓膜は切開したり破れたりしても再生力が強いのでそれほど心配する必要はありません。

適切な治療を行うと、強い症状は3日程度で収まります。しかし鼓膜がきれいななるには2〜3週間かかりますので、この間に患者や親が自己判断で治療を中止してしまうと再発したり、慢性中耳炎、滲出性の中耳炎に移行することがありますので注意が必要です。

なお、乳幼児の中耳炎は早期発見が大切なのですが、周囲の人がしっかりと観察しないと見落としてしまいます。乳幼児が熱が出たり、食欲がなかったり、泣き方が激しかったり、耳に手をやるが多かったり、というような症状やしぐさをするときは、急性中耳炎のことも一応考えて耳鼻科で見てもらう必要があります。

急性中耳炎の主な症状

- 耳が詰まった感じ
- 強い痛み
- 発熱
- 難聴
- ひどくなった場合は耳漏（耳だれ）

—スタッフ紹介—

窄中香織(医師)



ようやく梅雨も終わり、青空のまぶしい季節になりました。

今年4月から院長の手術日に外来診療を担当しています。

これからは海やプールで泳いだ後の耳痛や、クーラーによる鼻汁やのどの痛みが出やすくなります。

どんなことでも気軽に相談下さい。



- 診察科目 耳鼻咽喉科、気管食道科 手術および入院設備有り
- 診療時間 月曜～金曜/AM 8:30～12:00 PM 1:30～5:30
土 曜/AM 8:30～12:00 PM 1:30～3:00
日・祝祭日休診

金沢市橋場町3番9号 TEL.076 (221) 5027

小森耳鼻咽喉科医院

