

小森耳鼻咽喉科医院だより

VOL.3



ご挨拶

小森 貴



初夏を迎えて、皆様方はいかががお過ごしのことでしょうか。今は本当に素晴らしい季節ですが、間もなくすると、じめじめした梅雨の季節や本格的な夏を迎えて、皆様方の健康上の問題もいろいろと生じてくるのではないかと思います。もし、何らかの問題が生じた場合には、お気軽に御相談下さり、早めに処理をなさることをお勧めいたします。

さて、ここでこれからの梅雨や本格的な夏を迎えるに当たって、2、3の生活上のアドバイスをさせていただきます。

まず、夏の上手なお風呂の入り方です。汗をかくと身体がべとべとして、つい石鹸を使ってごしごし身体をこすりたくなるものです。あまりごしごし身体をこすると、外界の刺激から身体を守る皮膚表面の皮脂をとり過ぎて、身体がかさかさになって、炎症を起こしやすくなります。

通常の生活をしていれば、夏でも石鹸を使うのは2日に1度位でもいいのです。もちろん、お尻や腋の下など、汚れのつきやすいところは、毎日洗うのがよいのはいうまでもありません。

次には水分のとりかたです。発汗量にあわせて水分摂取は必要ですが、とり過ぎは胃液を薄めてしまい、食欲を落とし、夏バテの原因にもなりかねません。

生活上の工夫で、夏を健康に過ごしたいものです。

最新耳鼻科トピックス

慢性副鼻腔炎

副鼻腔炎には、急性と慢性とがあります。急性の副鼻腔炎は、しばしばかぜをひいて、鼻腔粘膜に急性の炎症が起ると粘膜が赤く腫れ、鼻汁が出たり、鼻閉（鼻づまり）が起き、その結果、鼻腔とその先につながる副鼻腔の空気の通路がふさがってしまい、副鼻腔は一時的に閉じた袋のような状態になってしまいます。そのうちに炎症が副鼻腔粘膜にも及び、分泌物が出てきて副鼻腔内に貯まるようになります。これに細菌感染が加わり、副鼻腔内に膿がたまるようになった時を急性副鼻腔炎と言います。とにかく早期に耳鼻咽喉科にいき、治療を受けることが大切です。

慢性副鼻腔炎は、急性に比べるとかなりやっかいな病気です。一度かかった副鼻腔炎が、治りきらないでずっと続いている状態を指します。治りきらないために、急性の時に述べましたように、細菌感染が繰り返して起り、副鼻腔内に膿が貯まるので、蓄膿症と表現され、これが一般的な呼び方になっています。副鼻腔炎は、期間が長いだけに、病気の進み具合で、さまざまな治療法で対処しなければなりません。病状がひどい

場合には、根本的な治療のために、手術を行わなければならないこともあります。慢性副鼻腔炎になってしまったら、耳鼻咽喉科の医師とよく相談して、慎重に対処していかねばなりません。

疾病内容	平成3年(1月~7月)
異常なし	10件※ (11.6%)
耳管狭窄症	27// (31.4%)
アデノイド	24// (27.9%)
言語発達遅滞	10// (11.6%)
滲出性中耳炎	9// (10.5%)
構音障害	3// (3.5%)
感音難聴	1// (3.5%)
幼児難聴	2// (3.5%)
慢性副鼻腔炎	33// (38.4%)
鼻炎	12// (14.0%)
扁桃肥大症	5// (5.8%)
慢性中耳炎	1// (1.2%)
その他	6// (7.0%)

※両側の同一疾患を有するものは1件とした。
数個の疾患名を有するものは各々1件とした。

場合には、根本的な治療のために、手術を行わなければならないこともあります。慢性副鼻腔炎になってしまったら、耳鼻咽喉科の医師とよく相談して、慎重に対処していかねばなりません。

ところで副鼻腔炎が慢性化する理由として、食生活や環境の問題もあると指摘されています。家庭では、こうした面での対策が大切になります。

食生活では、動物性タンパク質の摂取が足りないことと起りやすいとされています。また環境面では、防寒設備の不十分さ、大気汚染などが悪化させる要因とされています。日本では、食料事情や粗末な家などのため、戦後に多かった病気で一時的に減りましたが、大気汚染の悪化とともにまた増えてきた病気です。

一スタッフ紹介



村沢 代志美 (受付)

娘が二人。下の子は今春中3に、上の子は高校を卒業し、看護学校へ進学することになりました。親子ともども医療関係の仕事。娘に負けたくない頑張りたいと思っています。よろしくお願いします。



鳴田 伊通子

就職して二年余り。あっという間に日がたちました。まだまだ経験の浅い私ですが、患者さんの立場にたつて仕事をしていきたいと思っています。いたらない点があるかと思いますが、よろしくお願いします。



- 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.0762 (21) 5027

小森耳鼻咽喉科医院

