

耳そうじ

これまで耳かき棒による耳そうじ中の事故を、たびたび診察してきました。

耳そうじ中に子どもやペットが走ってきて当たったり、歩きながら耳そうじしていてどこかに当たったりする事故が多いです。耳の皮膚が傷ついてしまうことがほとんどですが、ときに鼓膜に穴が開いてしまう事例もありました。耳の奥の方を痛めると聞こえが悪くなるだけでなく、めまいが生じて長く苦しむこともあります。

また耳そうじをしすぎて耳痛を訴える人、さらに悪化すると感染症を来たして耳だれを起こす人もおられます。まれに真菌（カビ）が感染すると、かゆみや痛みがきつくなったり、感染を繰り返したりすることになります。真菌は、皮下に潜んでなかなか根治しにくくなります。

耳まわりのやり方

基本的に耳垢は、外耳道皮膚の線毛により少しずつ外へ運び出されるので、そ

れをふき取るだけでよいです。耳そうじをするなら、他の人が、清潔な綿棒で見える範囲をふき取るように、せいぜい入口から1cm以内で取るようにしてください。毎日ではなく月に一度か、多くて週に一度でよいです。また最初に挙げた事故を防ぐために、周囲に動き回るものがないことを確認しましょう。



例外的に奥に耳垢があり取れないときや、詰まった感じが続くときは耳鼻科を受診してください。「耳垢のことで診てもらってもいいのですか」と問い合わせをいただくこともあります。耳垢は、耳垢栓塞という病名が付けられる疾患です。耳鼻咽喉科以外では対応できないことですので遠慮せず受診してください。

文責 小野耳鼻咽喉科医院

小野 淳二

| 夜間・救急医療機関 | 内容 | 医療機関名など | 電話番号 | 診療・受付時間 |
|-----------|---------------------------|---------------------|-------------------|-----------------------------|
| 小児科 | 夜間医療 | 福山夜間小児診療所(福山市三吉町南) | ☎084-922-4999 | 毎日19:00~23:00(受け付けは22:45まで) |
| | 救急医療電話相談 | こどもの救急電話相談 | #8000 | 毎日19:00~翌8:00 |
| 精神科 | 救急医療 | 福山友愛病院(福山市水呑町) | ☎084-956-2288 | 毎日24時間 |
| | 救急医療相談 | 精神科救急情報センター(広島市安芸区) | ☎082-892-3600 | 毎日24時間 |
| 全般 | 夜間医療 | 福山夜間成人診療所(福山市三吉町南) | ☎084-982-9946 | 19:30~23:00(外科の場合は要事前連絡) |
| | 音声ガイダンスによる休日夜間などの当番医療情報提供 | 広島県救急医療情報ネットワーク | 県全域 ☎0120-16-9901 | 毎日24時間 |

※救急&予防サイト《こどもの救急》<http://kodomo-qq.jp>

| 8月 | 府中・新市・駅家地区の休日当番医 | | | | 上下町の休日当番医 | |
|--------|---------------------------------|-----------------------|------------------------------------|--------------------------------------|-----------|--|
| | 外科 | | 内科 | | 内科 | |
| 7日(日) | 府中市民病院(鵜飼町) ☎45-3300 | 和泉医院(府中町) ☎41-2412 | 池田医院(福山市新市町) ☎51-2098 | 黒木整形外科リハビリテーションクリニック(上下町上下) ☎62-8200 | | |
| 11日(木) | 寺岡記念病院(福山市新市町) ☎52-3140 | 府中央内科病院(高木町) ☎45-3200 | 井上小児科内科医院(福山市駅家町) ☎084-976-4820 | 府中北市民病院(上下町上下) ☎62-2211 | | |
| 14日(日) | もんぜんクリニック(福山市駅家町) ☎084-976-2211 | 河村内科胃腸科(府中町) ☎47-6300 | 三島医院(福山市新市町) ☎51-2103 | 府中北市民病院(上下町上下) ☎62-2211 | | |
| 15日(月) | 中川整形外科医院(中須町) ☎52-3033 | 府中市民病院(鵜飼町) ☎45-3300 | 山本クリニック(福山市駅家町) ☎084-976-0051 | 府中北市民病院(上下町上下) ☎62-2211 | | |
| 16日(火) | 内藤クリニック(福山市駅家町) ☎084-977-1070 | 佐野内科医院(鵜飼町) ☎45-5310 | 住井内科(福山市新市町) ☎40-3030 | 府中北市民病院(上下町上下) ☎62-2211 | | |
| 21日(日) | せおクリニック(栗柄町) ☎40-0246 | 谷医院(府川町) ☎45-1188 | こどもクリニックむらかみ(福山市駅家町) ☎084-970-1180 | 府中北市民病院(上下町上下) ☎62-2211 | | |
| 28日(日) | 常金丸診療所(福山市新市町) ☎53-8170 | 佐々木内科(中須町) ☎52-6555 | 松井内科(福山市駅家町) ☎084-976-0500 | 府中北市民病院(上下町上下) ☎62-2211 | | |

※変更されることがありますので、事前に医療機関へお問い合わせください。診療時間は9:00~17:00。