

健康 ぷらざ

入口だけで十分です - 耳あかのそうじ -

指導：産業医科大学耳鼻咽喉科 助教授

吉田 雅文

企画：
日本医師会

No.102

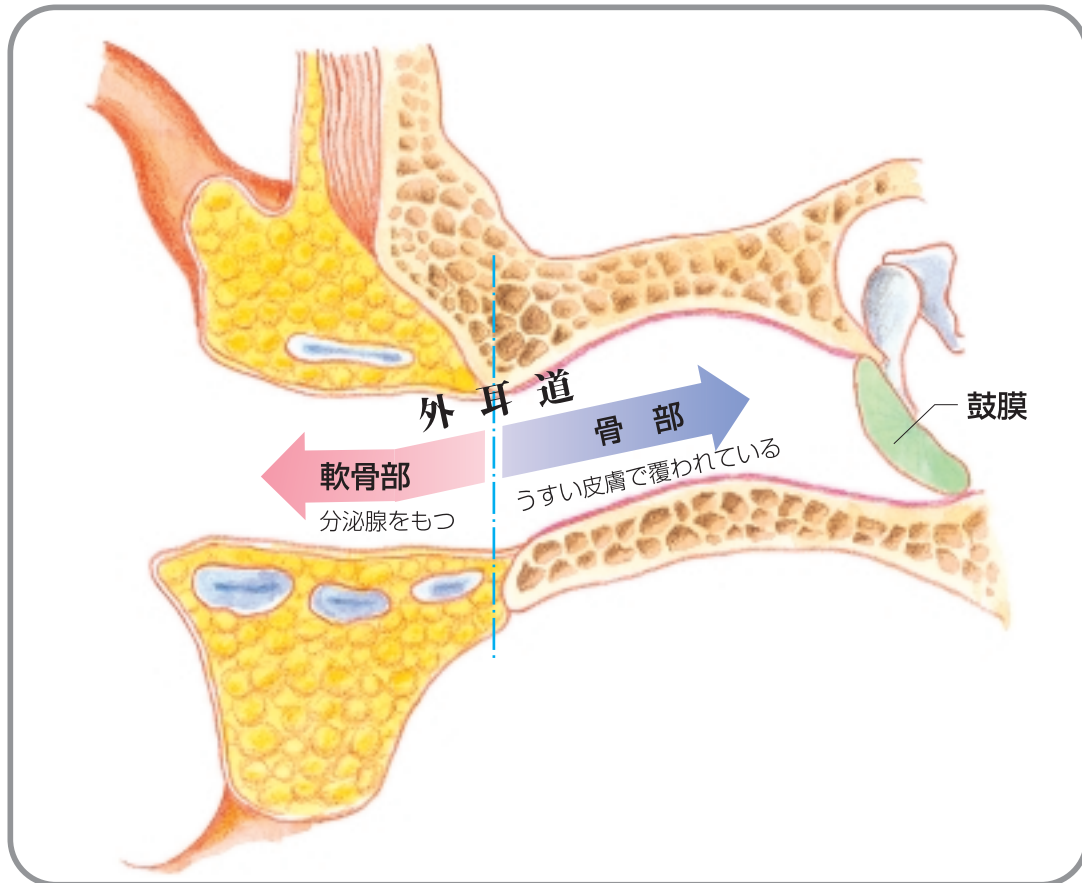
入口付近だけにたまる耳あか

耳の穴(外耳道)の皮膚は、常に鼓膜から外に向かってゆっくり移動しています。これが耳の入口の軟骨部と深いところの骨部の境ではがれ落ち、軟骨部にある耳垢腺や皮膚腺から出る分泌物と混ざって耳あかとなります。

このため、耳あかは耳の入口付近にだけたまるのです。

耳の穴の奥はさわらないように

耳あかは、綿棒などで耳の入口付近を掃除するだけで十分取り除くことができます。耳の奥はうすい皮膚で覆われていて、大変傷つきやすいので、さわらないようにしましょう。傷つけると、炎症などをおこし病気の原因になりかねません。



栓のようにつまってしまったら

耳あかは自然にも排出されるので、普通は耳の穴をふさぐほどたまってしまうことはありません。しかし、取りにくい耳あかを無理やり取ろうとして逆に押し固めてしまったり、皮膚に炎症があるときは、耳あかが栓のように耳の穴をふさいでしまうことがあります。このような状態になったら家庭で取り除くことはむずかしいので、早めにかかりつけ医にかかりましょう。

アメ状の 耳あかは病気？

耳あかには、カサカサの乾型と褐色アメ状の湿型があります。日本人には乾型が約85%と多いため、アメ状の湿型は病気と間違われがちですが、欧米人の間では逆に湿型が一般的のようです。

待合室等に掲示し、患者さんにお見せください。