



すくすくだより



2024年3月号



寒さも和らぎつつ、春の気配が感じられるようになりました。3月5日は、「啓蟄」です。春の到来を感じて冬ごもりしていた虫たちが土の中から出てくるといわれています。

さて、3月3日は「耳の日」です。耳に関心を持ち、耳の病気のことだけでなく、健康な耳を持っていることへの感謝や耳を大切にするなど、社会的な関心を高めるために制定されたといわれています。

今回は、子どもがかかりやすい耳の病気と「耳の聞こえチェック方法」と耳の健康のために日常的に気をつけてほしいことです。



気をつけよう！ 耳の病気



外耳道炎

【原因】

耳の入口から鼓膜までの外耳道に炎症や湿しんができた状態です。耳垢が原因になることがあります。

【症状】

湿しんができるとかゆい、耳を触ると痛い、発熱やうみが出ることもある。

【治療】

抗生物質の点耳薬や内服薬の使用で1週間程度で治まる。

【ポイント】

外耳道炎になったら、耳をむやみに触らないようにする。

※イヤホンの長時間装着が原因の外耳道炎もある。

急性中耳炎

【原因】

風邪が原因で起こることが多く、ウイルスや細菌が中耳に達して炎症を起こした状態です。

【症状】

激しい耳の痛みと高熱。一時的な難聴・閉そく感がある。耳だれが出たり、乳児の場合は、吐いたり、下痢がみられることもある。

【治療】

抗生物質の服用で、ほぼ治まる。

【ポイント】

繰り返し中耳炎を起こすと、滲出性中耳炎になり易いため、きちんと治すようにする。

しんじつせい 滲出性中耳炎

【原因】

中耳内に分泌物が溜まった状態です。風邪や、急性中耳炎の繰り返しが起こる。

【症状】

痛みや熱はないが、耳が聞こえにくくなったり、閉そく感・耳鳴りがある。

【治療】

必要に応じて鼓膜を切開し、たまった液を抜いて様子を見る。分泌物が吸収されて、自然に治ることも多い。

治療には時間がかかる。

【ポイント】

痛みがなく気づきにくいいため、耳の聞こえや様子の変化に注意が必要。また、放置しておくとう入院手術が必要になることもある。

子どもの「聞こえ」チェック

「聞こえてる？」と心配になったら確認してみましょう。

- 大きな音に驚いたり、目を覚ましたりするか
- おもちゃの音に振り向くか
- 周囲の呼びかけに振り向くか
- 音楽に合わせて踊るか
- 好きな音楽やCMソングなどに反応するか
- 声のみの指示に従うか
- 発達にそって、習得する言葉は増えているか
- 言葉のまねっこをするか



日常的に気をつけること

ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳道炎の原因になることがあります。日ごろから気をつけるようにしましょう。

耳をつめで引っかいたり、強く引っばったりしない

鼻をかむときは、片方ずつ、静かにかむ



耳あかがたまっていないか、こまめにチェック

耳のそばで、大きな音や声を出さない



3月の健診のお知らせ

- ★4か月児健診（受付 9:00～10:15）
毎週火曜日：12、19、26日
- ★1歳6か月児健診（受付 12:45～14:00）
毎週水曜日：6、13、27日
- ★3歳児健診（受付 12:45～14:00）
毎週木曜日：7、14、21、28日

場所：保健所・保健センター
（中野町字中原「ほいっぴ」内）
問合せ：☎39-9160（こども保健課）

※対象者の方には、ご自宅へ健診日の1か月前に健診票を郵送します。
ご案内の日時に健診を受けてください。
変更する場合は、必ず事前にご連絡ください。



豊橋保育課 こしかこども園 病児保育室
保健だより 令和6年3月1日 ☎25-0528