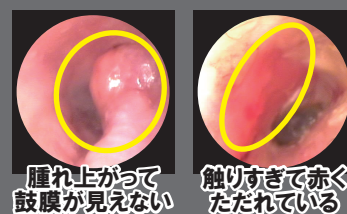
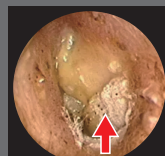
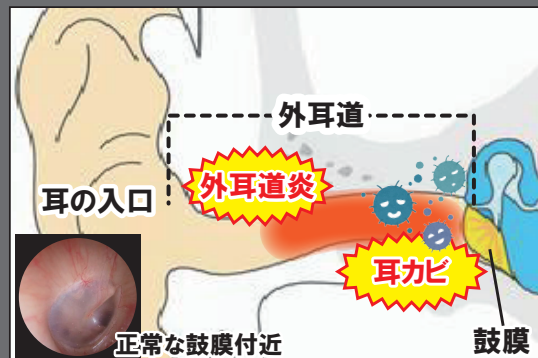


夏に急増！ 触ると悪化する

外耳道炎と耳カビ

梅雨から夏にかけては、高温多湿で耳の中が蒸れやすく、**外耳道炎**や**耳カビ(外耳道真菌症)**が増える季節です。かゆいからといって指や綿棒で何度も触ると、外耳道に傷ができて炎症を起こします。炎症が長引くと傷ついた皮膚にカビが繁殖し、治りにくい「耳カビ」になることがあります。

主な症状は、強いかゆみ、痛み、耳だれ、耳が詰まった感じなどです。**耳の症状は触るほど悪化**します。「かゆくても触らない」「耳掃除はしすぎない」。この2つが外耳道炎・耳カビ予防の基本です。



耳トラブルを防ぐポイント

- ✓ 耳を触りすぎない
- ✓ 耳掃除は月1回、入口だけ
- ✓ イヤホン・補聴器は1時間使用したら10分休憩



倉岡医師がRKK『NEWSゲッシン』で耳カビを紹介しました

知って納得！

耳掃除Q&A

Q 1. 耳あかは汚いもの？

A. いいえ。耳を守る天然のバリアです。耳あかには細菌やほこりから耳を守り、皮膚を保護する働きがあります。

Q 2. 耳掃除はした方がいいの？

A. 基本的には必要ありません。耳あかは皮膚の生まれ変わり(ターンオーバー)とともに自然に外へ出てきます。掃除は月1回程度、耳の入口を軽く拭くくらいで十分です。

Q 3. 耳あかに種類があるの？

A. はい。体質によって2種類あります。
・カサカサ耳(乾性耳垢)…日本人の約8割
・あめ耳(湿性耳垢)…約2割
どちらも病気ではなく、体質の違いです。

Q 4. あめ耳とカサカサ耳で掃除の仕方は違う？

A. 基本は同ですが、掃除のしすぎは禁物。あめ耳は綿棒、カサカサ耳は耳かきを使いますが、どちらも耳の入口だけ月1回程度にしましょう。「ガサガサ音がする」「耳が詰まる」「痛い、かゆい」ときは、無理に取らずにご相談ください。

8月からの診察体制

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	院長	倉岡	倉岡	倉岡	倉岡	★ 14:00 終了
午後 14:30~18:00	院長	院長	院長		院長	

★土曜日の診察は担当医案内をご覧ください

※小児科は休診いたします

