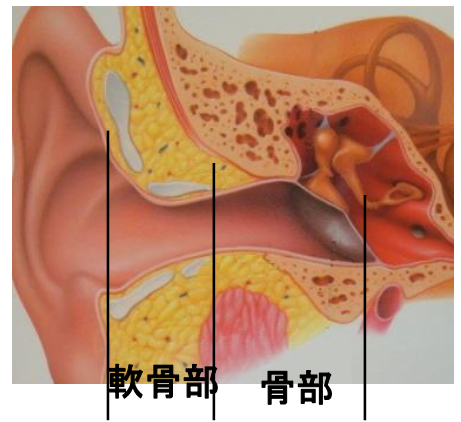


耳垢(みみあか)

■耳垢とは何か？

耳垢は外耳道の外側約3分の1から半分は外耳道軟骨部と言われ、ここにある皮脂腺、耳垢腺からの分泌物に、はがれ落ちた外耳道の皮膚(表皮細胞)が混ざったものです。したがって、基本的に耳垢は耳の入り口近くにたまります。



■ベトベトした耳垢とカサカサした耳垢

耳垢にはベトベトした(湿性耳垢と言います)ものとカサカサした(乾性耳垢と言います)ものがあるのはご存知と思います。これはどのような違いがあるのでしょうか？

耳垢腺からの脂質やタンパク質が多く分泌されると湿性耳垢になり、少ないと乾性耳垢になります。どちらも異常ではなく正常です。

湿性か乾性かは遺伝子で決められています。一般的にアフリカ人やヨーロッパ人は湿性耳垢が多く、我々日本人など東アジアの人は乾性耳垢が多いことがわかっています。

■赤ちゃんの耳に黄色い分泌物があったり、臭うのはなぜ？

時々このような症状でお母さんが心配して来院されることがあります。

生後5~6か月までのあまり寝返りのできない時期には、一方の耳を下にして寝ていることが多いようです。そうすると下になった耳は湿度が高く、湿っているように見ることがあります。

また、新生児はもともと体脂が体を覆っていますが、外耳にこれが残っていて耳垢のように見えることもあります。耳垢はさきほど書きましたように耳垢腺や皮脂腺の分泌物を含んでいますので臭いがしてもすべてが異常というわけではありません。

■耳掃除の仕方について

耳掃除をする場合は綿棒など先の柔らかいものを使用することをおすすめします。竹や金属など先が硬いものは外耳道の皮膚を傷つけることがあり、そこに細菌がつかますと外耳炎を起こし、痛みがでたり膿が出てくることもあります。また、外耳道には自浄作用と言って、たまった耳垢などを外の方に送りだしてくる働きがありますので、あまり奥まで無理に耳掃除をする必要はありません。むしろ奥に押し込んで聞こえが悪くなることもあります。

頻回に行うと外耳炎を起こす危険があり、1~2週間に1回程度で充分です。

乳幼児の場合は外耳道も大人に比べて狭く、急に動いたりすることもあり、鼓膜に穴があいたりする危険もあります。外耳道の長さは成人で3~3.5cmとされています。乳幼児はもう少し短いので、耳掃除をする時は細めの綿棒を短く持ち(綿棒の先が1cm程度しか耳の中に入らないように)、ベビーローションなどで先を少し湿らせて外耳道の入り口、あるいは少し入り口から少し入ったあたり、つまり無理なくできる範囲を軽く掃除するくらいでよいと思います。それでも取れない、よく見えない、など気になるようでしたら、遠慮なく耳鼻科で相談してください。