

令和8年



3月 健やか子育てだより

大田区保育サービス課
保育園看護師

今月のテーマ

こどもの耳の痛み

3月3日は『3』が耳の形に似ていることや、『33(みみ)』の語呂合わせなどから、耳の日とされています。こどもが耳の痛みを訴える原因は様々です。今月は耳の痛みの原因についてお伝えします。

耳の痛みの原因は？



① 中耳炎になっている

耳の痛みの原因で一番多いのが中耳炎です。中耳炎の多くは鼻水の中の菌が耳管を通して中耳に入ることによって起こります。鼻水はすすらずにティッシュ等でかむか、ふき取るようにしましょう。

耳の痛み以外の症状

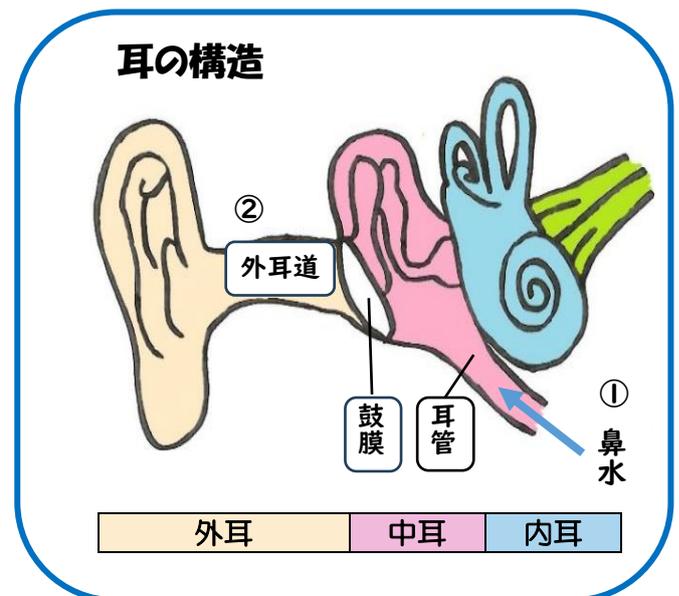
- ・発熱
- ・耳を触る、気にする
- ・耳に手を当てて泣く
- ・耳だれが出る
- ・乳児の場合、痛みを訴えられず不機嫌になる 等

② 外耳道が傷ついている

外耳道は、皮膚が薄いため、耳いじりの爪や耳掃除で使う耳かきや綿棒で傷つきやすく、細菌感染を起こすこともあります。爪は短くし、傷つけないようにしましょう。耳掃除は入口を清潔にする程度で十分です。気になる時は無理せず耳鼻科を受診しましょう。

③ 耳に異物が入った

こどもは無意識に耳に小さなものを入れてしまうことがあります。耳に異物が入ると、ガサガサ音がするので耳を気にする様子が見られたり、キズがついて痛みや出血が見られたりすることがあります。耳を気にしている様子があるときは、耳の中を見てください。



耳が痛いときは、耳鼻咽喉科を受診しましょう。

☆ 耳の中を診るためには専用の器具が必要です。耳が痛いときは、小児科ではなく耳鼻咽喉科を受診しましょう。

参考：一般社団法人 日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会 「耳鼻咽喉科・頭頸部外科が扱う代表的な病気」
日本医師会 「白クマ先生のこども診療所」『何かが鼻・耳・目に入った場合』『耳を痛がっている、耳がおかしい場合』