



# 3月のほけんだより



令和5年3月発行  
はごろも保育園

今年度も残すところあと1か月となりました。1年前を思い起こし、子どもたちひとりひとりの表情、行動に、あらためて大きな成長を実感しています。

先月も本園では、インフルエンザが流行っていました。みんな元気に新年度を迎えられるよう、病気やけがに気を付け、残りの日々も楽しく過ごしましょう。

## 3月3日は耳の日です。 耳を健康に！

### 言葉と聴力

0~4歳は、言葉を覚える重要な時期。このとき両耳が聞こえない状態だと、言葉の習得が難しくなります。難聴は生まれつきのことが多いのですが、中耳炎など耳の炎症から難聴になることもあります。子どもの耳の健康について、日頃から気をつけていくようにしましょう。

### 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。

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

#### こんな症状が見られたら、耳鼻科に相談を

- ・向かい合って話せば通じるが、背後から声をかけると返事をしない
- ・テレビの音量を大きくしたり、近付いて見る
- ・話しかけられてもぼんやりしたり、後から聞き返したりすることが多い
- ・よく耳を触っている
- ・会話をしていて、何度も聞き返す

### ☆急性中耳炎とは

風邪で起こる事が多く、鼻や喉の細菌やウイルスが耳管（耳・鼻・喉をつないでいる管）を介して中耳に達して炎症を起こした状態。子どもは大人に比べ耳管が太く短く、水平に近いため、細菌が鼻の奥から中耳に入りやすく、免疫力や抵抗力が弱いこともあって、中耳炎を起こしやすい。

**症状：**発熱、耳の痛み、耳だれ、耳が詰まった感じや難聴などの症状がみられます。

訴える事の出来ない乳幼児では、夜泣き、機嫌が悪い、耳をよく触る、耳を触ると嫌がる、風邪が治っても熱が下がらない…などの症状がみられることもあります。

**治療：**主に抗生物質が用いられますが、原因と考えられる鼻や喉の炎症に対する治療も行います。

激しい耳の痛み、夜泣きがひどい、熱が下がらない、耳が詰まった感じと難聴が良くならない、膿がたまっている時は、鼓膜切開術を行う場合もあります。

**ポイント：**鼻水、鼻づまりは早目に治療しましょう。

- ・鼻水はすすらず、鼻をかむ時は、片方ずつゆっくりかみましよう。
- ・鼓膜が閉じていることを医師に確認してもらうまでは、耳に水が入らないように注意しましょう。特に、耳だれや鼓膜切開術をした場合は、注意しましょう。
- ・乳児は、ミルクの与え方に気をつけましよう。寝かせたまま飲ませると、ミルクが耳管に逆流し、喉の細菌が中耳に流れ込む可能性やミルクが中耳に到達して中耳炎を起こすこともあります。なるべく座った状態に近い体勢で飲ませるようにましよう。

### ☆滲出性中耳炎とは

喉の炎症などが原因で耳管が詰まり、浸出液が鼓膜の内側にたまって起こります。アデノイドや副鼻腔炎があるとかかりやすくなります。急性中耳炎から移行することがよくあります。

**症状：**ほとんど痛みや熱はないが、耳が聞こえにくくなったり、耳が詰まった感じ、耳鳴りがあります。

**治療：**必要に応じて鼓膜を切開し、たまった液を抜きます。鼓膜を切開して換気チューブを入れ、含気を良くします。抗菌剤や炎症を抑える薬を内服します。

**ポイント：**痛みがなく気づきにくいので、耳の聞こえや様子の変化に注意ましよう。

以下の症状がある時は、滲出性中耳炎が疑われます。医師の診察を受けましよう。

- ・テレビに近づいたり、音を大きくする。
- ・名前を呼んでも振り返らない。
- ・聞き返しが多い。