

耳掃除について

皆さんは普段耳掃除をしていますか？耳掃除を全くやらない方から毎日お風呂上がりに綿棒でされる方までいらっしゃいます。一体どれくらいの頻度で、どのような方法で行うのが良いのでしょうか？

もともと耳垢は耳の中の皮膚の代謝物や分泌物が固まったもので、生じてしまう事は避ける事ができません。本来耳には耳垢を自然に外に排出する機構が備わっているのです。基本的には耳掃除をしなくても問題はありません。ただ、耳の形状によっては自然に出てくる事が難しい場合もあり、そのようなケースでは耳掃除の必要があります。

耳掃除の方法ですが、これはご自身ではやらず、耳鼻科へ受診される事をおすすめします。

ご自身で耳掃除を行うと、見えない中を手探りで操作するため、耳の中の皮膚を傷つけてしまい外耳炎となってしまうリスクがあります。また耳垢を奥に押し込んでしまい余計取れにくくなってしまったり、完全に耳を塞いでしまったりする可能性もあります。耳鼻科では耳の中を直接観察しながら専用のピンセットや吸引器具を用いて耳掃除を行います。簡単に取る事が出来ない時には、耳の中に耳垢を柔らかくする薬を入れて時間を置いてから耳掃除を行います。

小さいお子さんの耳掃除についても、急に動いてしまい、鼓膜を破ってしまうような危険もありますので、病院で安全に行う事をおすすめします。

耳掃除の頻度ですが、一般的には3～4か月ごと、年に3～4回程度をおすすめしています。異常が出てからの耳掃除では、処置時の痛みが増える事も多いので、自覚症状が出る前に早めに受診していただく事をおすすめします。

症状がないのに耳掃除だけで受診しても良いのか心配される方もいらっしゃいますが、全く問題ありませんのでご安心下さい。逆に耳垢のせいだと思っても実際は難聴のような病気のケースもありますので、気になる症状がありましたら遠慮なく耳鼻科にご相談いただければと思います。