

急性中耳炎の予防と再発防止について

—パンフレットを作成して—

外来診療部

○岡林佐枝子・南場 玲子・麻田千栄子
広内 玉井・奥田ゆかり・森田 千穂
田中真津子・山村 愛子・池沢 みか
渡辺 長美・川田 敏子・岡島 壽子
高田 幸子

I はじめに

急性中耳炎の60%~70%が10歳以下の小児であり、小児の70~80%が一度は中耳炎をおこしている。その内1/3~1/4が反復感染をおこしていると言われる。当院耳鼻咽喉科外来でも、中耳炎の反復患者が多数みられる。Howic Brneforsらは1~2歳ではじめて急性中耳炎にかかると、反復感染をおこす場合が多いと述べている。さらに、成人の慢性中耳炎の大部分は乳幼児期における急性中耳炎の反復であると言われる。これらの事から、乳幼児期の中耳炎の予防及び、反復感染の防止に重要なポイントがあると思われる。

そのためには、母親が急性中耳炎に対する正しい知識を持ち、対処する事が必要であると考えた。そこで、まず試案パンフレットを作成すると共に、それに対する母親の関心度や意見、中耳炎に対する知識を知るためのアンケート調査を行った。その結果を参考にパンフレットを作成したので報告する。

II 研究方法

1. 試案パンフレット作成
2. アンケート調査

1) 調査期間

昭和63年9月5日~昭和63年9月19日

2) 調査対象

当院耳鼻咽喉科・小児科・眼科外来を受診した7歳未満の子供を持つ母親150名

3) 調査方法

アンケートとパンフレットを看護婦が配布し、外来での待ち時間を利用し、記入後回収した。

3. パンフレット作成

III 結果 (資料II参照)

母親よりのアンケート総数150, 子供の総数は301であった。そのうち急性中耳炎にかかったことのある子供が37%, かかっていない子供が63%であった。

急性中耳炎にかかったことのある子供のうち中耳炎になったとき風邪をひいていたのが65%, 医師がよ

いというまで治療に通ったのが90%いるにもかかわらず、50%の子供が2回以上反復罹患している。はじめて急性中耳炎にかかった年齢における反復率は、0歳では55%、1歳では55%、2歳では71%、3歳では100%、4歳では56%、5歳以降では見られていない。

パンフレットに対して興味があったと答えたのは、中耳炎の子供を持つ母親が66%、持たない母親が78%であった。その理由としてかかった子供を持つ母親は、子供が急性中耳炎にかかったことがあるため、現在治療中である、かかった時子供とともに大変な思いをしたという意見が得られた。中耳炎の子供を持たない母親は、急性中耳炎について詳しく知らなかったから、母親自身が中耳炎にかかった事があったから今後注意したい等の意見がみられた。

興味がなかった理由としては、急性中耳炎にかかったことがないからと、かかっているからよく知っていると言う意見があった。

パンフレットの内容に付いては、95%の人がわかりやすかったと答えており、良かった、あらためて勉強になり気を付けようと思った。こんなパンフレットが欲しい等の意見もあった。しかし、内容についてもっと具体的に書いて欲しいという意見もある。

パンフレットを読んで新たに得たことがあると答えているのは、中耳炎にかかったことのある子供を持つ母親は76%、持たない母親は、53%であった。両者に共通して、新たに得たことは、ミルクの飲ませ方、鼻のかみ方、後遺症がでる場合があるという事等があげられている。

又、実際に中耳炎にかかって不安だったことは難聴になるのではないかと、慢性への移行、みみだれがとまるだろうか、くすりの副作用はどうだろうか、後遺症の心配をしている人が多い。又、何度も通わなければならない通院に困るという意見も多かった。

IV 考 察

中耳炎の反復感染は6歳迄が起こし易いとHolbrowはいっている。私達のアンケート結果でも医師が良いというまで通院したにもかかわらず50%の患者が反復感染をおこし、年齢でみると、4歳以下がほとんどで5歳以上ではみられない。初発年齢では、0～2歳に多いことがわかる。

これは、この年齢が自分の判断で上手に鼻がかめない、うがいができない等、自分で適切な処置や表現ができない時期であるにもかかわらず、母親が適切な対処ができないためではないかと考える。

又、急性中耳炎は鼻炎、副鼻腔炎、特に、上気道の急性炎症に引き続いて起こることが多いと言われる様に、今回の結果でも、中耳炎に罹患した時、風邪をひいていた子供は65%もあり、上気道感染と中耳炎の関係は深い。上気道炎を予防することができれば急性中耳炎の罹患を減少させる事ができると思われる。しかし、上気道炎を完全に予防することは社会生活上困難である。

従って、上気道炎症状のある時の処置、特に鼻腔上咽頭の分泌物を十分除去し、耳管咽頭付近を清潔にするよう努めることが必要である。そのためには母親が正しい知識に基づいた観察、処置ができるようになれば乳幼児の急性中耳炎の罹患率を減少させられるのではないかと考える。

今回、母親が試案パンフレットにより新たに得たことは、罹患児を持つ母、持たない母に共通して、授乳方法、鼻のかみかたをあげている。

当耳鼻咽喉科外来で、試案パンフレットを読んだのち、医師より急性中耳炎が疑われるため授乳時頭

位に気を付けるよう指導を受けたにもかかわらず、ソファーに寝かせて授乳しているのをみかけ注意すると、「知っています。だから耳にミルクが流れないようにハンカチで耳を押さえています」と答えた母親もあった。このような例から試案パンフレットでは、耳管と鼻咽喉の関係が理解できていないのではないかと判断し、解剖図を挿入するとよいと考えた。

また、今回のアンケート結果からは、鼻のかめない子供に対して、実際に母親がどのように鼻処置をしているかがわからなかったため、その方法を知るために10人を対象にインタビューを試みた。

その結果、鼻のかめない子供が鼻汁を出している時、器具で吸った母3名、口で吸った母2名であったが共通することはひどく詰まって苦しそうにしている時だけと答えておりその他の時と、その他の母は、ティッシュで拭き取っていると答えている。

成人であれば、鼻汁がでると1日に何十回となく鼻をかみ、咽頭に流れたものは吐き出してしまう。自分で鼻のかめない乳幼児は日に数回しか吸引されず、呼吸と共に吸い込んでしまうと思われる。

このようなことから、鼻処置の必要性を認識させる為に、成人と鼻のかめない子供の鼻汁分泌時の処置の比較をパンフレット内に書き加えた方がよいのではないかと考えた。

パンフレットに対しては、ほとんどの者が興味を持っており、分かりやすかった 改めて勉強になった、こんなパンフレットが欲しかったという意見から、このパンフレットは、母親に急性中耳炎に対する正しい知識を持たせるために役立つと思われる。

反面、もっと具体的な内容をパンフレットに書いて欲しいとの意見も見られたため、1人1人に個別性のある具体的な指導ができるよう今回のパンフレットには耳鼻咽喉科外来へ相談できるようにする必要がありますと考えた。

以上の点を考慮し新しいパンフレットを作成した。(資料Ⅲ-①~③参照)

V おわりに

中耳炎は小児に多い病気であるにもかかわらず、アンケートをしてみると、十分な知識を持っているものが少ない事が分かった。また、パンフレットでは、伝達したいことが的確に伝わってない事があったり、受容者側の知りたいことが含まれていない場合もあることを感じた。今回これを考慮し、少しでも受容者側の意見を取り入れたパンフレットを作成することができた。今後、このパンフレットを活用し、乳幼児を持つ母親に知識を普及させ急性中耳炎の予防及び反復感染を予防するための一方法として役立てたい。

この研究にあたりご指導いただいた諸先生方に厚く感謝いたします。

引用文献

- 1) 切替一郎・野村 恭他：新耳鼻咽喉科学，南山堂。
- 2) 大内 仁・中野雄一：臨床耳鼻咽喉科頭頸部外科全書2-A(臨床1)，金原出版。

参考文献

- 1) 奥田 稔：耳鼻咽喉科頭頸部外科学，医歯薬出版。

- 2) 鈴木享一：標準耳鼻咽喉科学，医学書院。
- 3) 川村正三：臨床医学示説第10卷耳鼻咽喉科 1，近代出版社。
- 4) 海野徳二・奥田 稔：耳鼻咽喉科学，現代医学叢書。
- 5) 上野賢一：小皮膚科書，金芳堂。
- 6) 馬場一雄：小児看護学，医学書院。
- 7) 松本清一：成人看護学，医学書院。
- 8) 金子 光：母性看護学，医学書院。
- 9) 大西信治郎：小児耳疾患の特異性と管理の実際，臨床看護，へるす出版，1978，12。
- 10) 馬場駿吉：乳幼児の中耳炎，助産婦，医学書院，1981，3。
- 11) 江川和子他：かぜ症候群患児の問題点と援助，小児看護，へるす出版，1986，2。
- 12) 佐久間よし子他：外来における麻疹患者の看護についてパンフレット作成効果，ナースデータ，日総研出版，1988，4。
- 13) 平岡久仁子：難聴児をかかえる両親への援助，患者指導用パンフレットは活かされているか，在宅患者へのパンフレットの活用，看護技術，メジカルフレンド社，1987，4。
- 14) 広戸幾一郎：小耳鼻咽喉科書，金芳堂。

資料 I

急性中耳炎のお話

<試案パンフレット>

1. 急性中耳炎とは！！

鼓膜の奥の“中耳”と言うところに、ウイルスや細菌が入って炎症を起こす病気です。

風邪から起こることが多いのですが、それは鼻のばい菌がのどの奥と中耳を結んでいる耳管を通して中耳に侵入するからです。鼻の悪い場合は、繰り返すことが多いとされています。

鼓膜に穴のあいていない場合は、耳に水が入ったからといって起こることはありません。

2. 急性中耳炎が疑われるのは、こんな時！！

1) 耳が痛い。

2) 風邪の症状が治まったのに、なんとなくグズグズ機嫌が悪い。

3) 風邪をひいているとき、あるいは風邪がなおったのに再び熱がでた。

4) 夜間、急に泣いたり、耳をしきりに気にする。

5) 耳だれが出る。

3. 急性中耳炎にかからないために、日頃、気をつけたいこと。

1) 風邪をひかないようにしましょう。

<風邪をひかないための工夫>

・冬場は部屋を乾燥させないようにしましょう。

・冬の厚着に注意しましょう。

(生後2カ月をすぎると大人より一枚少なめが目安です。)

・日光に当たることにより寒さに対する抵抗力が増します。暖かい日は屋外で遊ばせましょう。

・いつも部屋を清潔にしておきましょう。

(暑いからといってあまり肌を出しすぎたものは良くありません。赤ちゃんは体温調節機能が未熟です。パジャマを一枚着せ、お腹にはバスタオルを一枚かけるぐらいが適当です。)

2) 鼻汁がでるときは正しく鼻をかむようにしましょう。

鼻を強くかむと、ばい菌が耳管を通して中耳にはいることがあるので、口を閉じさせ、片方ずつ、耳にツーンと来ない程度に静かにおこなひましょう。鼻のかめない赤ちゃんは、お母さんが片方ずつ同様に吸ってあげましょう。日頃から鼻の悪い方は、耳鼻咽喉科の先生の診察を受けてください。

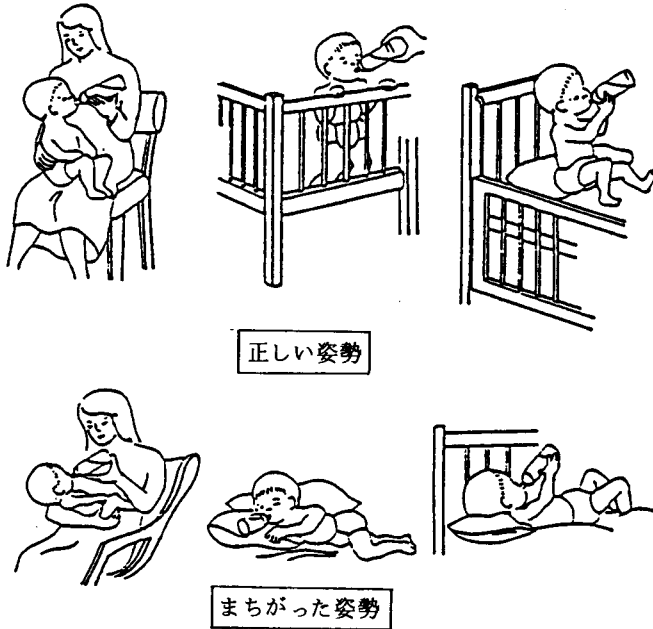
3) ミルクを飲ませるときは、正しい姿勢で飲ませましょう。

ミルクを飲ませるとき、頭を低くしていると、耳管から中耳にミルクが入り、中耳炎を起こす原因となります。

哺乳瓶で飲ませるときは図1を参考にして下さい。

<ミルクの飲ませ方>

図 1



* 母乳の赤ちゃんには、急性中耳炎が少ないのですが、人工栄養の赤ちゃんには多くみられます。これは、母乳の中に感染を防ぐための物質が含まれているからです。

赤ちゃんは、出来るだけ母乳で育てましょう。

4. 急性中耳炎にかかったら

- 1) 中耳炎が疑われるときは、必ず耳鼻咽喉科の先生の診察を受けて下さい。
- 2) 薬は指示どおり、きちんと飲ませ、途中で勝手に治療をやめないようにしましょう。
- 3) なるべく安静にしましょう。
- 4) お風呂は短時間として、耳に水が入らないように気を付けましょう。
- 5) 何度もうがいさせ、のどを清潔にしましょう。
- 6) 耳だれは、脱脂綿をこよりにして頻回に拭き取っておきましょう。
- 7) 鼻を強くかまないようにしましょう。

鼻汁が出てきたら、柔らかいガーゼで拭き取って、のどに流れる鼻汁は、吐き出させましょう。

赤ちゃんはお母さんが鼻を吸ってあげましょう。

8) 都合で病院を変わりたいときは、必ず紹介状をもらって行くようにして下さい。

5. 急性中耳炎は、完全になおしておきましょう。

急性中耳炎を繰り返したり、不完全な治療をすると慢性中耳炎になる場合もあります。慢性中耳炎を放置していると、耳が聞こえなくなったり、言葉の発達がおくれたり、ひどくなると場合によっては内耳が侵されたり、顔面神経まひや、脳に障害を残すこともあります。

治療は、医師に良いと言われるまで続けましょう。

資料Ⅱ アンケート結果

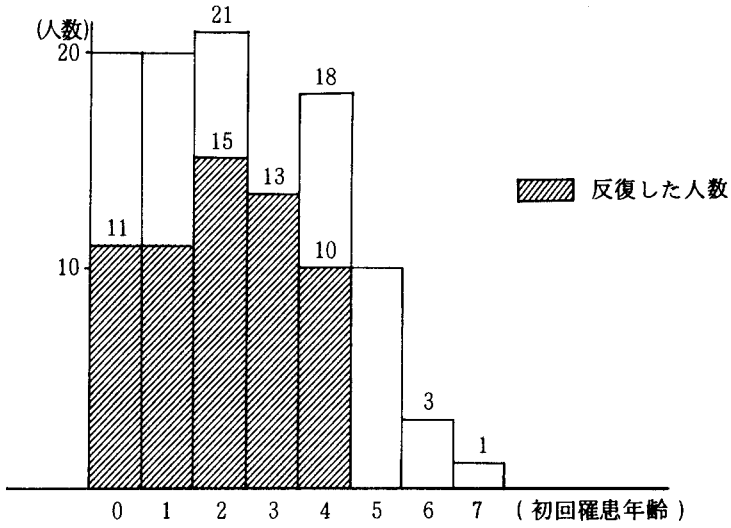


図1. 初回罹患年齢数と反復数

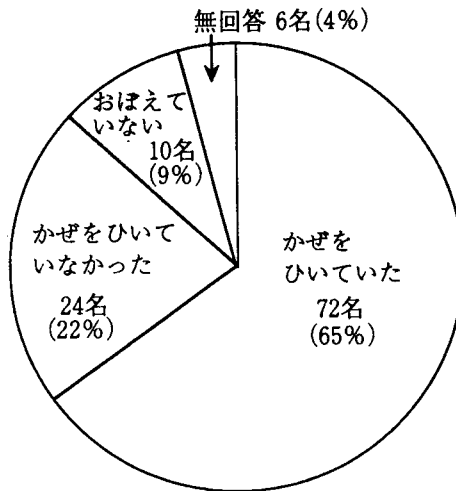


図2. 子供の中耳炎になった時の風邪との関係

表 1. パンフレットに対するアンケート結果

(%)

		急性中耳炎にかかったことのある子供をもつ母親78名	急性中耳炎の子供をもたない母親72名
パンフレット興味がありましたか	あ っ た	5 2 (6 6)	5 6 (7 8)
	な か っ た	1 4 (1 8)	7 (1 0)
	無 回 答	1 2 (1 6)	9 (1 2)
内容はわかりやすかったですか	は い	7 6 (9 7)	6 6 (9 2)
	い い え	0 (0)	1 (1)
	無 回 答	2 (3)	5 (7)
あらたに得たことはありましたか	あ っ た	4 1 (5 3)	5 5 (7 6)
	な か っ た	3 3 (4 2)	7 (1 0)
	無 回 答	4 (5)	1 0 (1 4)

表 2. 急性中耳炎にかかった時のアンケート結果

<中耳炎にかかった子供 112名>

(%)

医師が良いというまで治療しましたか	は い	9 9 (9 0)
	い い え	4 (3)
	治 療 中	6 (5)
	無 回 答	3 (2)
中耳炎をくり返しましたか	1 回 で 治 っ た	5 2 (4 6)
	2 回 以 上 くり返した	5 6 (5 0)
	今, 初 め て 治 療 中	3 (3)
	無 回 答	1 (1)

資料Ⅲ

急性中耳炎のお話

乳幼児用

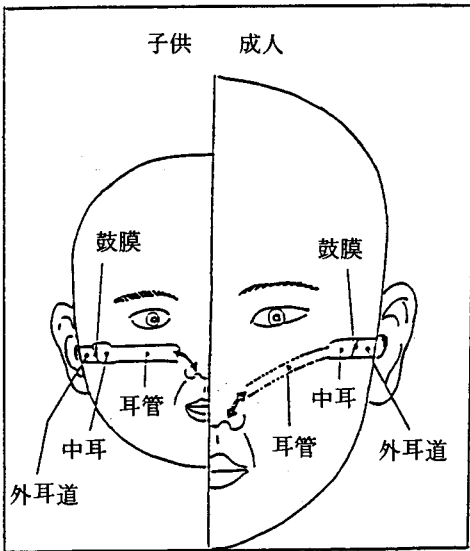


高知医科大学附属病院
耳鼻咽喉科外来看護婦

1. 急性中耳炎とはどんな病気？

鼓膜の奥の〈中耳〉と言うところに、ウィルスや細菌が入って炎症を起こす病気です。風邪から起こることが多いのですが、それは鼻のばい菌がのどの奥と中耳を結んでいる耳管を通して中耳に侵入するからです。鼻の悪い場合は、繰り返すことが多いとされています。

鼓膜に穴のあいていない場合は、耳に水が入ったからと言って、起こることはありません。



左の図のように、乳幼児の耳管は成人に比べて、短く、太く、水平に近いので、ばい菌が鼻やのどの奥から耳の方へ入りやすい。

2. こんな時は要注意！！

- 1) 耳が痛い。
- 2) 風邪の症状が治まったのに、なんとなくグズグズ機嫌が悪い。
- 3) 風邪をひいている時、あるいは風邪が治ったのに再び熱がでた。
- 4) 夜間、急に泣いたり、耳をしきりに気にする。
- 5) 耳だれがでる。



3. 予防するには？

1) 風邪をひかない。

- ・冬場は空気が乾燥すると、ばい菌の活動が活発になります。
- ・生後2ヶ月を過ぎると衣類は、四季を通して成人より1枚少なめが目安です。
- ・日光に当たることにより抵抗力がまします。冬でも暖かい時戸外で遊ばせましょう。
- ・いつも部屋を清潔にしておきましょう。
- ・夏は寝冷えをさせないようにしましょう。

(暑いからと言ってあまり肌を出し過ぎたものは良くありません。赤ちゃんは体温調節機能が未熟です。パジャマを1枚着せ、お腹にはバスタオルを1枚かけるぐらいが適当です。)

2) 鼻をかむとき！！

鼻を強くかむと、ばい菌が耳管を通して中耳に入ることがあるので、口を閉じさせ、片方ずつ、耳にツーンと来ない程度に静かにいきましょう。成人では鼻が出ると、日に何十回もかみますが、赤ちゃん

は自分で出来ません。鼻のかめない赤ちゃんは、お母さんが一日に何度も片方ずつ吸ってあげましょう。
日頃から鼻の悪い方は、耳鼻咽喉科の先生の診察を受けて下さい。



3) ミルクを飲ませる時！！

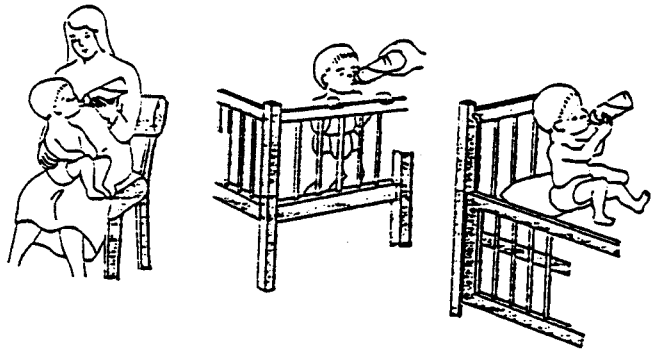
ミルクを飲ませるとき、頭を低くしていると、耳管から中耳にミルクが入り、中耳炎を起こす原因となります。

哺乳瓶で飲ませる時は、図1を参考にして下さい。

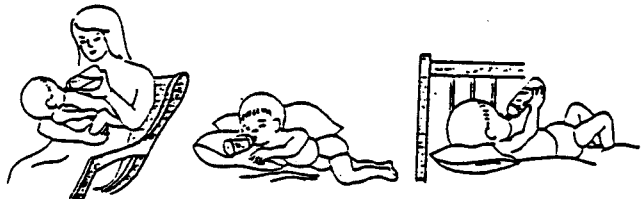
<ミルクの飲ませ方>

図1

正しい飲ませ方



間違った飲ませ方



母乳の赤ちゃんには、急性中耳炎が少ないのですが、人工栄養の赤ちゃんには、多くみられます。これは、母乳の中に感染を防ぐ物質が含まれているからです。赤ちゃんはできるだけ母乳で育てましょう。



4. かかった時はどうするの？

- 1) 中耳炎が疑われる時は、必ず耳鼻咽喉科の先生の診察を受けて下さい。
- 2) 薬は指示どおりきちんと飲ませ、途中で勝手に治療をやめないようにして下さい。
- 3) 外で走り回るのはよくありません。部屋の中で静かに遊べるよう工夫をしましょう。
- 4) お風呂は短時間として、鼓膜切開した場合は、耳に水が入らないように気をつけましょう。
- 5) 鼻を強くかまないようにしましょう。

鼻汁が出てきたら、柔らかいガーゼで拭き取って、のどに流れる鼻汁は、吐き出させましょう。

- 6) 赤ちゃんはお母さんが鼻を吸ってあげましょう。
- 7) 何度もうがいさせのどを清潔にしましょう。
- 8) 耳だれは、脱脂綿をこよりにして頻回に拭き取っておきましょう。
- 9) 夜間耳だれがでたからといって急いで病院に行かなくてもかまいません。夜間は耳だれを拭き取ってやり、朝になってから診察を受けてください。
- 10) 都合で病院を変わりたいときは、必ず紹介状をもらって行くようにして下さい。

5. 急性中耳炎は完全に治しましょう。

急性中耳炎を繰り返したり、不完全な治療をすると慢性中耳炎になる場合もあります。慢性中耳炎を放置していると、耳が聞こえなくなったり、言葉の発達が遅れたり、ひどくなると場合によっては内耳が侵されたり、顔面神経麻痺や、脳に障害を残すこともあります。

治療は、医師に良いと言われるまで続けましょう。

不安なこと分からないこと等があれば、耳鼻咽喉科外来窓口までご相談下さい。

