福岡県民と医師をつなぎ、あしたの健康へとつなぐ

えがおから 医療ブック

EGAO KARA medical book

vol.31 2026



知っておきたい、耳のこと

福岡県医師会

えがおから 医療ブック Vol.31
【福岡県医師会広報誌】
発行・編集／公益社団法人 福岡県医師会
〒812-8551 福岡県福岡市博多区博多駅南2-9-30
TEL 092-431-4564 https://www.fukuoka.med.or.jp/

福岡県医師会 公式SNS 等

LINE

Instagram

YouTube

Facebook

X

information
医師会からのお知らせ

県民のための公開講座

お笑い芸人ブルーリバー 青木淳也氏によるトークショー「大病と私とお笑いと」



開催場所　TKPエルガーラホール（〒810-0001福岡市中央区天神1-4-2）

日　時　2027年1月23日（土）13:30～15:00

申　込　福岡県医師会ホームページよりお申込ください。

URL　https://www.fukuoka.med.or.jp/kenmin/event/koukai_kouza.html

地域の中で人々を支える「看護職員」を目指してみませんか？

県内には、看護職員（准看護師・看護師・助産師）を目指すことができる医師会立の看護師等養成所があります。
入学願書受付期間・入学試験日等詳細は各学校にお問合せください。

地域	養成所名	課程	TEL
北九州	北九州小倉看護専門学校	看護師2年課程	093-551-3184
	北九州市戸畑看護専門学校	看護師2年課程	093-881-5641
	遠賀中間医師会立遠賀中央看護助産学校	助産師課程 看護師3年課程	093-203-2333
	豊前築上医師会看護高等専修学校	准看護師課程	0979-82-0607
福岡	福岡市医師会看護専門学校	看護師3年課程	092-852-1530
	筑紫看護高等専修学校	准看護師課程	092-922-5684
筑豊	直方看護専修学校	准看護師課程	0949-22-0512
	飯塚医師会看護高等専修学校	准看護師課程	0948-22-3559
筑後	久留米医師会看護専門学校	看護師2年課程 准看護師課程	0942-34-4189 0942-34-4184
	大牟田医師会看護専門学校	准看護師課程	0944-52-7698
	八女筑後看護専門学校	看護師2年課程 准看護師課程	0943-24-4877 0943-23-6284
	あさくら看護学校	看護師3年課程	0946-22-5510
	柳川山門医師会看護高等専修学校	准看護師課程	0944-72-8086

県内の医師会立看護師等養成所一覧は
福岡県医師会ホームページよりご覧いただけます。

URL　https://www.fukuoka.med.or.jp/doctors/kango/list.html

知っておきたい、耳のこと

耳の不調は、自分では気づきにくいものです。少し違和感があっても、「年のせいかな」「疲れているだけかな」と、そのままにしてしまうことが多いのではないでしょうか。しかし、耳の異変を放置すると、後々の「聞こえ」に影響する場合があります。耳のしくみや代表的な病気、日常生活で起こりやすいトラブルについて知り、日頃から耳を守ることが大切です。



監修
福岡県耳鼻咽喉科専門医会

そもそも音はどうやって聞こえるの？ 耳のしくみ

耳は、外から入った音を脳へ届けるまでの精密なリレーを担っています。耳のどこかに不調が生じると、聞こえにくさや耳鳴りなど、さまざまな症状につながることがあります。

外耳

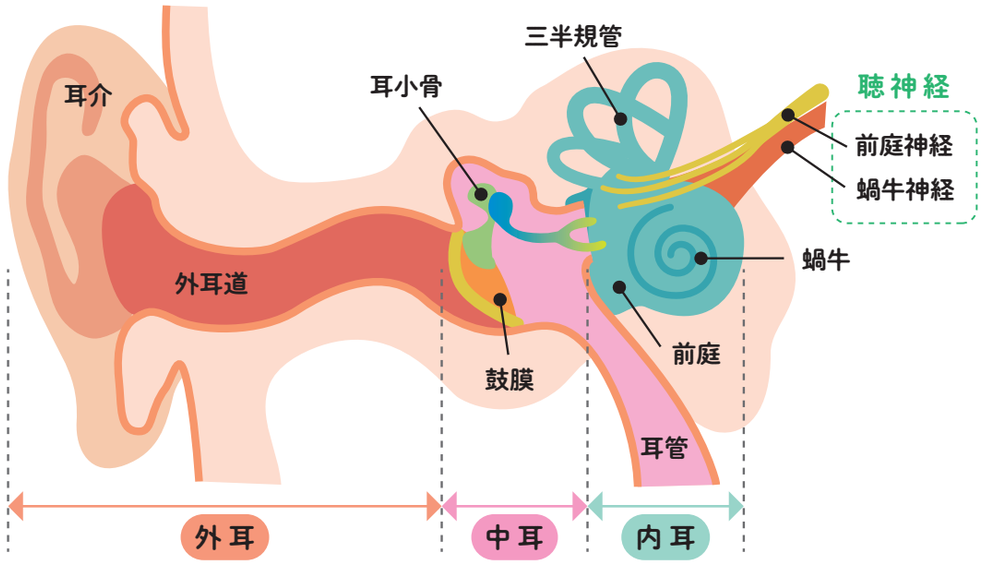
音を集めて、鼓膜へと伝えます。

中耳

鼓膜の振動を耳小骨で増幅し、内耳へ伝えます。

内耳

蝸牛で音の振動が電気信号に変換され、聴神経を通って脳へ伝わることで、音として認識されます。



まずはセルフチェック！ 耳のSOS、見逃していませんか？



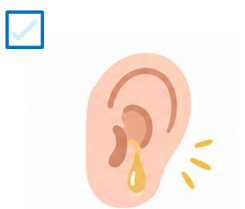
耳がかゆい

多くは外耳炎が原因です。耳の中の皮膚はとても薄くデリケートなため、耳掃除のしすぎなどでも炎症を起こし、かゆみにつながります。



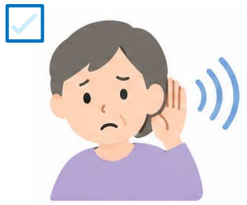
耳が痛い

中耳炎や外耳炎など、耳自体の炎症によるものが多いですが、あごの関節やのどの炎症が耳の痛みとして感じられることもあります。



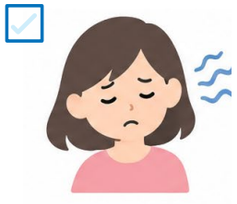
耳だれが出る

外耳道や中耳の炎症のサインであることが多く、原因となる病気によって、耳だれの色や性質・状態が異なります。



聞こえが悪い

加齢によるものから突然起こるものまで、原因はさまざま。なかには、治療によって改善が見込める病気が隠れていることもあります。



耳鳴りがする

難聴に伴って起こることがあり、疲れやストレス、睡眠不足などが症状を悪化させる要因になることがあります。



めまいがする

内耳のバランス機能の不調が原因となることがあり、メニエール病などの病気が隠れている場合もあります。

どれも、早めに気づくことが大切な症状です。
次のページでは、それぞれの症状に関係する
代表的な耳の病気について紹介します。



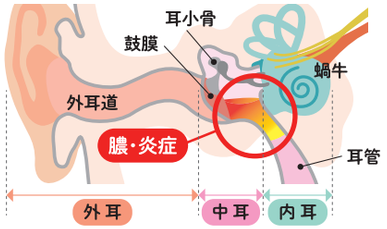
その耳の不調、もしかして？

代表的な耳の病気

耳の不調の背景には、さまざまな病気が隠れていることがあります。ここでは、代表的な病気について、主な症状や治療法を紹介します。

中耳炎

鼻や喉の細菌やウイルスが耳管を通って中耳に入り込むことで炎症が起こる病気。慢性化すると、鼓膜に穴があき拡大することも。



症　状

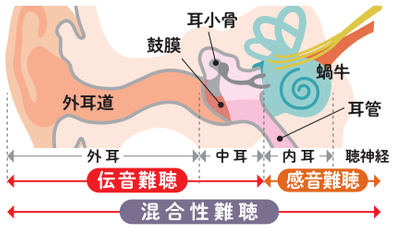
●耳の痛み　●耳がつまった感じ
●聞こえにくさ　●発熱（乳幼児の場合）など
中耳に液体がたまる「滲出性中耳炎」では、強い痛みがないまま、聞こえにくくなることも。

治療法

抗菌薬の内服や耳の処置を行い、必要に応じて鼓膜を切開して中の膿や貯留液を排出します。症状を繰り返す場合は、鼓膜にチューブを入れる手術を行うこともあります。

難聴　突発性難聴　加齢性難聴

難聴は主に鼓膜や耳小骨に異常をきたす「伝音難聴」と内耳に異常をきたす「感音難聴」に分けられる。「突発性難聴」、「加齢性難聴」はどちらも「感音難聴」によるもの。



症　状

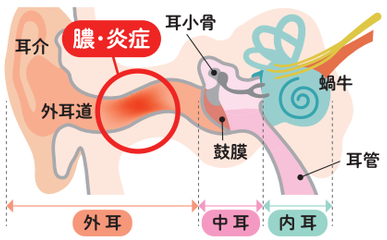
突発性難聴　突然、片耳の聞こえが悪くなることが多い。耳鳴りやめまいを伴う場合も。
加齢性難聴　加齢により内耳の神経が減少し、少しずつ聞こえにくさを感じるようになる。

治療法

伝音難聴をきたす疾患は、通院治療や手術治療で聴力の改善が見込めます。突発性難聴は、発症後できるだけ早く耳鼻咽喉科を受診することが大切です。

外耳炎

鼓膜の手前にある「外耳」に炎症が起こる病気。耳掃除などで耳の中を傷つけたことをきっかけに、細菌が入り込んで発症することがある。



症　状

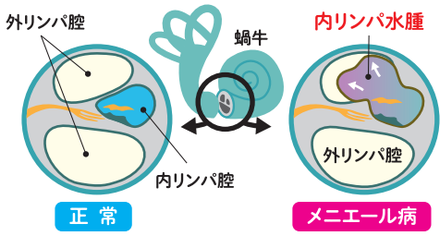
●耳の痛み
耳たぶを引っぱったり、耳の入り口を押したりすると痛みが強まるのが特徴。炎症がひどくなると、耳だれや聞こえにくさを伴う場合も。

治療法

耳鼻咽喉科で耳の中を清掃するなどの処置を行い、症状に応じて抗菌薬や鎮痛薬、抗菌薬の点耳薬などを使用します。

メニエール病

内耳にあるリンパ液のバランスが崩れ、「内リンパ水腫」が生じることが関係すると考えられる。症状には個人差あり。



症　状

突然、周囲がぐるぐる回るようなめまいが起こり、同時に耳鳴りや耳のつまり感、聞こえにくさなどが現れる。発作を繰り返すうちに、徐々に聴力が低下することも。

治療法

生活習慣の改善や薬による治療を行います。症状や経過に応じて治療法を選択し、薬による治療で十分な効果が得られない場合には、手術などを検討することもあります。

身近になってきた耳のトラブル

ヘッドホン（イヤホン）難聴って？



WHO（世界保健機関）は、世界の若者（12～35歳）の約半数にあたる11億人が、難聴のリスクにさらされているとしています。日本でも、10～30代の聴力が低下傾向にあり、その主要因のひとつとされているのが、ヘッドホンやイヤホンを使って「大きな音を長時間、繰り返し聞く」ことによる、いわゆるヘッドホン（イヤホン）難聴です。

大きな音にさらされ続けると、音を感じ取る内耳の「有毛細胞」が傷つき、聞こえにくくなることがあります。ある日突然ではなく、長い時間をかけてゆっくり進むため、気づいたときには難聴が進行していることも少なくありません。有毛細胞は強く傷つくと元に戻りにくいため、予防が大切です。

予防のポイント

- 音量を上げすぎない
- ノイズキャンセリング機能を活用する
- 音量制限機能を利用する
- こまめに耳を休ませる

子どもの耳の注意点

子どもは中耳炎を繰り返したり（反復性中耳炎）、中耳に液体がたまったり（滲出性中耳炎）することがあります。特に滲出性中耳炎は痛みがないことが多く、子ども自身が気づきにくいため、周囲も見過ごしてしまいがちです。

生まれてすぐの「聞こえ」の検査

生まれつきの難聴は、1000人に1～2人。早期に支援につなげることがとても大切です。新生児聴覚スクリーニングは、寝ている間に受けられる痛みのない検査で、**福岡県では、大半の産科医療機関で実施できます。**

また、**福岡県乳幼児聴覚支援センター**を設置し、支援が必要な子どもを療育につなげる体制を強化しています。

お子さんの聴覚検査と支援について



こんなサイン、ありませんか？

- 呼んでも振り向かない
- テレビの音量が大きい
- 耳をよく触る・気にする

おかしいと思ったら、早めに耳鼻咽喉科を受診しましょう。



参照：一般社団法人 日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会

どんな時に受診する？

耳鼻咽喉科でできること

耳鼻咽喉科というと、耳や鼻、のどに痛みや不調があった時だけに行くところ、と思っていませんか？「これくらいなら、もう少し様子を見よう」と、受診を迷うこともあるかもしれません。けれど、耳鼻咽喉科で扱う症状は、思っているより幅広いもの。日常のちょっとした変化や不調も、気軽に相談できる身近な診療科です。気になる症状があれば、まずは受診してみましょう。





耳・鼻・のどの診察・治療

耳の痛みやかゆみ、鼻水や鼻づまり、のどの違和感まで、幅広く診察します。「風邪かな」と思っていた症状が、実は耳鼻咽喉科で扱う病気によるものということもあります。

いびきや睡眠の相談

「いびきが大きいと言われる」「朝起きても疲れが取れない」。そんな悩みも相談できます。鼻やのどの状態が、睡眠中の呼吸に影響していることがあります。

めまいの相談

「めまいって耳鼻科なの？」と思うかもしれませんが、内耳はからだのバランスを保つ器官でもあります。耳が関係するめまいも、診療の対象です。

聴力検査

聞こえの状態を数値で確認する検査です。聞こえにくさを感じた時だけでなく、聴力の変化が気になる時にも受けることができます。

耳垢の処置

耳垢は、自分で無理に取ろうとすると、耳の中を傷つけてしまうことがあります。気になる時は、耳鼻咽喉科で処置してもらうと安心です。

補聴器の相談

聞こえにくさを感じたら、補聴器という選択肢もあります。補聴器が必要かどうかを含め、聞こえの状態と合わせて医師に相談しましょう。

「聞こえ」を守る、補聴器のすすめ

こんなこと、ありませんか？













補聴器は、耳鼻咽喉科で相談を

補聴器を検討するときは、まず**補聴器相談医**のいる耳鼻咽喉科を受診しましょう。聞こえの状態は人によって異なります。専門的な診察や検査を受けたうえで、自分の聞こえや生活スタイルに合った補聴器を選ぶことが大切です。

補聴器は、購入後も聞こえ方に合わせた調整や、乾燥・清掃などのメンテナンスが必要です。一方で、耳鼻咽喉科に相談せず、販売店や通信販売で直接購入し、トラブルになったケースも報告されています。

耳鼻咽喉科を受診すると、補聴器が必要かどうかだけでなく、耳垢や中耳炎など、聞こえにくさの原因となっている病気が見つかることもあります。必要に応じて**認定補聴器専門店**の紹介を受けられるほか、補聴器相談医が発行する「診療情報提供書」を使って購入すれば、**医療費控除**の対象となる場合もあります。

先生教えて！耳掃除Q&A



Q 耳掃除はどれくらいの頻度ですれば良い？

外耳道には耳垢を自然に排出する機能があり、家庭で無理に取る必要はありません。気になる際は、耳鼻咽喉科の受診をおすすめします。

Q 耳垢は取りすぎない方がいいと言われたのですが…

耳垢は細菌やカビの繁殖を防ぎ、異物の侵入を妨げたり、外耳道皮膚の保湿の役割を担うなど、私たちの耳を多方面から保護しているんですよ。

Q うちの子供の耳垢がベタベタしているけど、病気？

耳垢は、外耳道の分泌物に皮膚やほこりが混ざったもので、乾性と湿性があり遺伝で決まります。どちらであっても、まったく問題はありません。

参照：福岡県耳鼻咽喉科専門医会（福耳會）