健康のひろば

地元の医師がアドバイス

－1－

片側の鼻詰まりが続く

片側の鼻がいつも詰まる症状が続き調子が悪く、手術を受けた人の話ですと、「鼻炎や副鼻食膣炎の合併が多く、以前に手術を受けた」とのこと。手術が必要なのでしょうか。

（風連・農業六十歳・女性）

―☆―

鼻閉についてお答えする前に、鼻の構造と働きについてご説明します。

人の鼻腔（鼻の中）は鼻中隔（鼻の真ん中のしきい）を中心に左右対称になっています。空気の流れを調節するために、上・中・下甲介（三つのでっぱり）があります。

鼻のもっとも重要な働きは、空気の流れを調節し適当な温度と湿度を与え、肺に適切な空気を送り込むことです。運動の後に鼻がよく通るようになったり、寝ていると下にした方がつまりやすいのはよくあることです。

鼻閉に関してはかなり個人差があり、大きな鼻茸がある人でもそれ程感じない人もいれば、我々耳鼻科医から見て一見正常に見える鼻の方が、強く鼻閉を訴えることもあります。

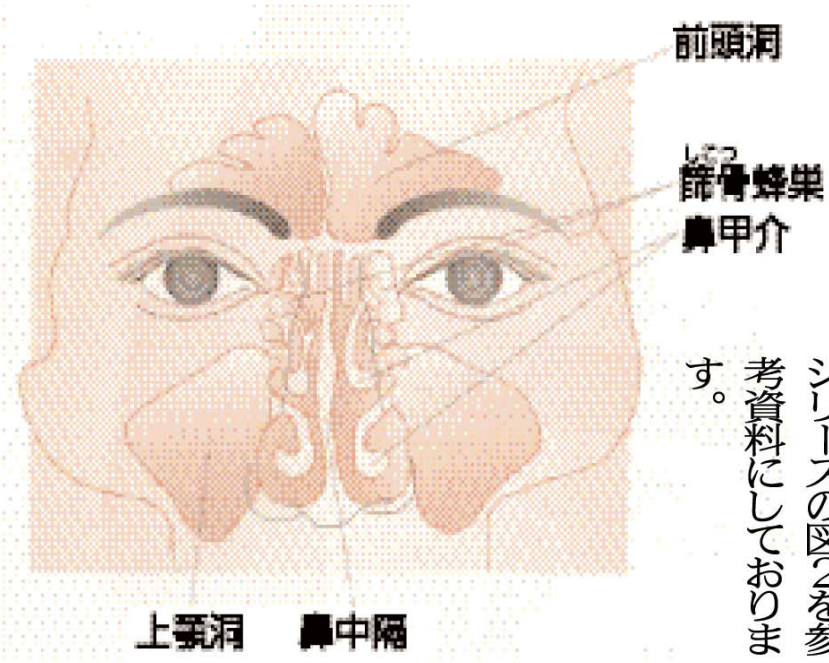
また、鼻はいつも左右同じように通っている訳ではなく、六時間～八時間毎に右が通ったり、左が通ったりを繰り返しています。（交代性鼻閉）

ご自分で片方の鼻を押さえて左右の通りを確かめて下さい。左右同じ通りの方は少ないはずです。

さて鼻づまりは鼻の中のどの部分に異常が起こっても起こります。鼻の真ん中のしきいが曲がっている鼻中隔湾曲症、季節毎にくしゃみと鼻水を伴う花粉症（アレルギー性鼻炎）、慢性副鼻腔炎による鼻茸などなど、鼻の病気のほとんどが鼻づまりを起こすと考えられます。

耳鼻科医と相談されて、鼻づまりの原因を確かめることをお勧めします。

最近は手術をするにしても、より短い入院期間で、より小さい手術（侵襲の少ない）をする傾向になっております。

（医療法人臨生会吉田病院長・吉田肇）

※めまいポケットシリーズの図2を参考資料にしております。