悪臭を伴う耳だれは、耳鼻咽喉科の検査で原因菌を調べ、抗生剤を処方してもらうことで止められます。

長期にわたり外耳道をいじっていると細菌に感染し、悪臭を伴う耳だれが出やすくなるので注意してください。

Q49

耳の痛みほか

自分の声が響いてうるさく聞こえます。何かの病気でしょうか？

慶友銀座クリニック院長 **大場俊彦**

A 自分の声がいつもより大きく聞こえたり、耳の中で響くように聞こえたりする症状を「自声強調」といいます。自声強調は、突発性難聴やメニエール病など、いくつかの耳の病気で起こりますが、中でも可能性が高いのは「耳管開放症」です。

耳管開放症とは、通常は閉じている、中耳と鼻の奥をつなぐ細い管（耳管）が開きっぱなしになる病気のこと。

耳管は、長さ約3～4㌢、直径1㍉ほどの管で、鼓膜の外側と内側の気圧を調整する役割を担っています。ふだん、耳管は閉じていますが、唾液を飲み込んだり、あくびをしたりしたときに一時的に開くしくみになっています。

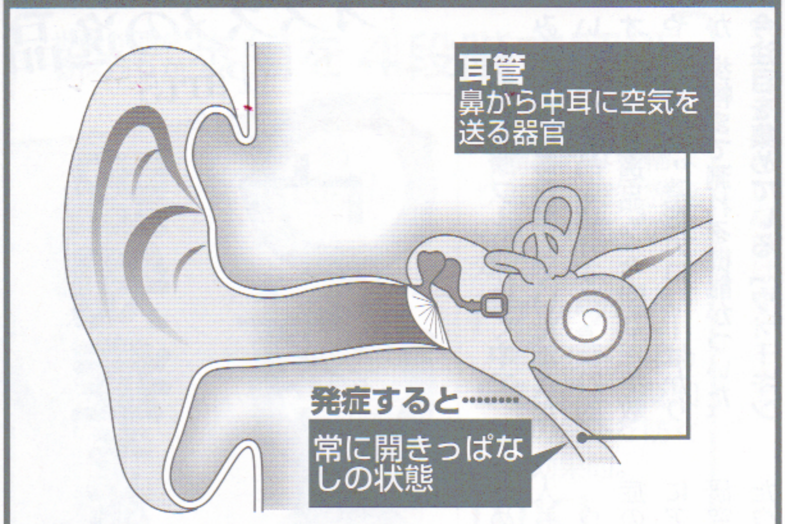
しかし、体重の急激な減少やストレス、血流低下、ホルモンバランスの乱れなど、さまざまな原因で、閉じるはずの耳管が開きっぱなしになることがあるのです。

耳管開放症になると、開いた耳管を通って自分の声が直接中耳に入るため、耳の中で自分の声が大きく響きます。

ほかにも、自分の呼吸音が聞こえる（呼吸音聴取）、耳に膜が張られたような違和感がある（耳閉感）、といった自覚症状が現れることもあります。

耳管開放症は、男性よりも女性のほうがやや多い傾向が見られます。また、急激なダイエットをした人（急にやせた人）、体質的に耳管が開きやすい人に多く起こります。

耳管開放症とは



通常は閉じている耳管が開きっぱなしになる病気で、自分の声が大きく聞こえたり、呼吸音が聞こえたりする。

Q50

耳の痛みほか

耳管開放症と診断されましたが、自分で治すことはできますか？

大場俊彦

A 自声強調などの異常に気づいたら、すぐに耳鼻咽喉科を受診して検査を受けましょう。

耳鼻咽喉科では、症状についての問診や、鼓膜の動きなどの検査から病気を診断します。そして、耳管開放症であるとわかったら、薬物療法や生活指導が行われます。

薬物療法では、主に、耳管（耳と鼻をつなぐ管）の血流を増やして開いた耳管を狭めるATP（アデノシン三リン酸ナトリウム）を用います。

また、漢方薬（加味帰脾湯など）、精神安定薬（トランキライザー）を処方したり、生理食塩水の点鼻を行ったりすることもあります。

生活指導では、体重の増量やこまめな水分補給、心身のリラックスなどがすすめられます。耳管開放症の症状を治すためには、こうした生活の改善が不可欠です。

軽症なら、生活の改善だけで症状が治まることもあります。ただし、主治医の指示に従って正しく行いましょう。