

みんなの健康ラジオ

『こどもののど』

(2021年1月7日放送)

横浜市耳鼻咽喉科医会

横浜労災病院

塩野 理

のどのはたらきと構造

- **のどは空気や食べ物の通り道**
- **のどは声を出すところ**
- **呼吸をする、食べ物を噛み砕いたり飲み込んだりする、声を出すことなどは、色々な神経や筋肉が綿密に協調して働くことで成り立つ、非常に細かくて複雑な作業**

のどの異物と外傷

- 魚の骨がのどに刺さる場合、扁桃腺(口蓋扁桃)が最多
- 口を開けた状態で摘出することが可能だが、扁桃腺の裏や下咽頭、喉頭に刺さっている場合はファイバーで摘出する
- 歯ブラシ、割り箸、アイスの棒などを咥えたまま転倒するとのどに刺さってしまう
- よほど鋭利なものでなければすぐに命にかかわることはないが血腫の形成や感染を合併すると入院や手術が必要になる
- 異物や外傷を防ぐには、親御さんの力が不可欠である！

閉塞性睡眠時無呼吸

- 鼻やのどが物理的に狭いことで生じるいびきや無呼吸
- 子供の場合、扁桃肥大とアデノイド増殖症が原因の事が多い
- 大人の場合は扁桃肥大だけでなく、鼻閉や肥満のこともある

- どこが狭窄の原因となっているかを確認めたうえで、
扁桃腺とアデノイドを切除する手術を行うことがある
- 手術によっていびきや無呼吸が改善したり、ご飯を食べる
スピードが速くなる、つまり飲み込みが良くなったりする

声のかすれと声帯結節

- 子供の嚔声(声のかすれ)の原因として最も多い
- 大声を出す、長い時間しゃべる、無理な音程で歌うなど、声帯に負担がかかることで声帯にタコができる
- 通常、経過観察(数か月、半年、数年)で改善する
- 早く治すために:大きな声を出さない、長い時間しゃべらない、無理な音程で歌わない → 子供にはできない相談?
- あまりに大きい場合、芸能活動など社会的に支障が出る、ご両親の強い希望、声の安静を守っても改善しないときは手術で切除することもある
しかし、術後にはもっとしっかりとした声の安静が必要!