



マリ通信が密かにお届けされています皆様、いつもありがとうございます、中本です。

先日、中学陸上部の長女が、大会へ出場したので、応援へ行きました。2日間ある大会の初日は走り幅跳び、2日目は100m走に出場しました。100m走は予選で敗退しましたが、走り幅跳びは、第3位と健闘しました。普段、あまり見慣れない姿に、成長を感じ、うれしく思いました。初日の夕方、2日目に行う100m走の練習をしていたので、私も一緒に走って競争しました。まだ負けないと自負していましたが、後半に失速し撃沈されました。イメージ通り足が動かないのには、自分でもビックリしました。また、再チャレンジするために、体を動かして行こうと思います。

今月のテーマは、

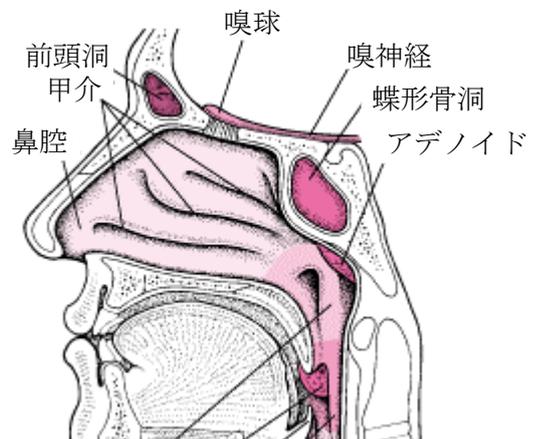
「蓄膿症」

です。

一般的に蓄膿症と呼ばれている病気は、専門的には慢性副鼻腔炎といいます。鼻の穴のことを鼻腔といいます。副鼻腔とは鼻腔を取り囲むようにある顔の骨の中の隙間のことです。副鼻腔に膿がたまった状態が慢性化した病気が、いわゆる蓄膿症です。

鼻腔の粘膜は副鼻腔の粘膜とつながっているため、風邪をひいたりして鼻腔の粘膜が炎症を起こす（鼻炎）と副鼻腔まで及ぶことがあります。鼻炎はウイルスの感染によって起こることが多いのですが、急性鼻炎が細菌による二次感染を起こして副鼻腔に及ぶと急性副鼻腔炎になります。急性副鼻腔炎は、通常風邪が治って鼻炎が収まると自然に治ります。しかし、急性副鼻腔炎が治らなかったり、何度も繰り返していると慢性的に鼻づまりの状態になり、慢性副鼻腔炎（蓄膿症）に移行してしまいます。

鼻中隔湾曲症などで鼻の骨が曲がっている場合にも、鼻づまりを起こしやすく、蓄膿症になりやすくなります。（鼻中隔湾曲症とは、いわゆる鼻の骨が曲がっていることです。日本人には生まれつき曲がっている人が多いとされています。鼻中隔は鼻腔を仕切っている軟骨で、このため私たちの鼻の穴は二つあるのです。鼻中隔湾曲症の人は鼻の骨が曲がっているため鼻づまりを起こしやすく、蓄膿症にもなりやすくなります。）



副鼻腔炎の症状が重くなると、炎症のせいで鼻腔粘膜の一部が膨らんで「きのこ」のように突出してることがあります。これは鼻茸（はなたけ）というポリープで、鼻腔をふさいでしまうことがあります。そもそも鼻腔に通ずる通気が悪いと慢性副鼻腔になりやすく、そこに鼻腔のポリープができるとさらに通気が悪くなって症状が悪化してしまいます。近年、花粉症などのアレルギー性鼻炎の方が多くなり、そう



した情報によく触れているせいか、蓄膿症に特徴的な黄色や緑色がかった鼻汁が出ているのに、アレルギー性鼻炎だと思って治療をしない人もいるようです。

慢性副鼻腔炎（蓄膿症）は以前、治療のために手術がよく行われていましたが、抗生剤を少量ずつ長期にわたって服用する治療法ができてからは、薬と通院による処置で7割～8割の慢性副鼻腔炎（蓄膿症）を治癒できるようになったと言われています。

漢方では、蓄膿症は血と水の停滞から起こると考えられています。滞っ



ている血と水が、頭部、特に鼻の周辺に上衝して膿や鼻水を引き起こしているのです。蓄膿症の場合、血と水の停滞による症状は鼻に出ますが、それだけではありません。首筋のこりや肩こり、のぼせといった血の異常による症状、めまいや胃内停水（胃の辺りをたたくとポチャポチャと音がする）といった水の異常による症状が多くみられます。こうした症状を総合的にみて治療をします。具体的には、膿を排出させる作用のある漢方薬と、血と水による諸症状を改善していく漢方が処方されます。血と水が停滞する原因のひとつに、

体の冷えが挙げられます。特にやせていて筋肉の少ない人、もともと胃腸が弱い人は冷えやすく、血と水のめぐりが滞りがちです。手足が冷たくなったり、余分な水分が排出されずに胃の中にたまったりしてしまう、という症状が現れるのです。このような人には、体を温める漢方が処方されます。

一人一人の症状に合わせて処方するのが、漢方治療の技術です。また炎症部分だけでなく、全体の流れで診断するのも東洋医学の特徴です。

蓄膿症は、もとはといえば風邪などによって一時的な鼻の炎症がきっかけとなって起こります。ですから、風邪などをひかないことが蓄膿症予防の基本となります。それにはまず、病気への抵抗力、免疫力をつけることが大切です。規則正しい生活を心がけ、栄養のバランスに注意し、十分に休息をとって過労を避けましょう。また、適度な運動も、体を温め血行を良くしたりします。無理のない程度に、気長に続けると効果的です。

お悩みの方、まずはご相談下さい！一緒に治していきましょう！