

耳の機能と耳掃除の仕方

耳には次の2つの働きがあります

聴覚機能：音を伝えたり、聞き分ける働き

音が聞こえるまでのながれ

1. 外耳：耳介で音を集めた振動が、外耳道を通して鼓膜に伝わります
2. 中耳：鼓膜の振動を耳小骨が、かたつむり管へと伝えます
3. 内耳：かたつむり管で振動が電気信号に変換され、聴神経へ送られます
4. 脳：聴神経から電気信号を受け取り、音として認識されます

平衡機能：体のバランスを保つ働き

耳の最も奥にある内耳で、頭の回転や重力に対する傾きなどを感知して、耳の神経を通じて脳に伝え、体のバランスを正常に保つ働きがあります

外耳

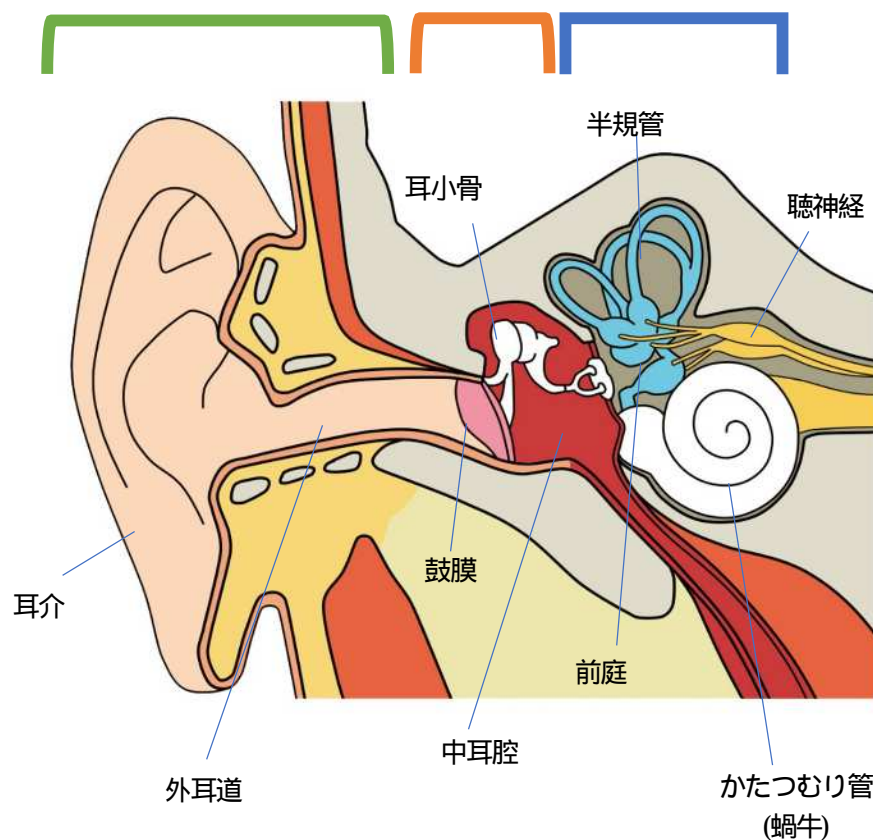
- ・耳介
- ・外耳道

中耳

- ・耳小骨
- ・中耳腔
- ・耳管

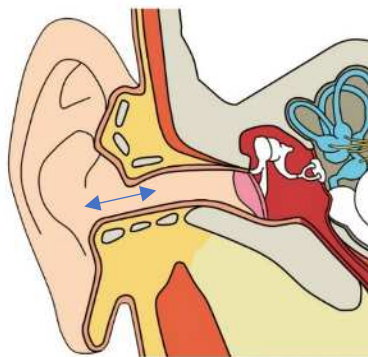
内耳

- ・かたつむり管
- ・半規管
- ・前庭



耳掃除の仕方の3つのポイント

耳の入り口から 1 cm程度を



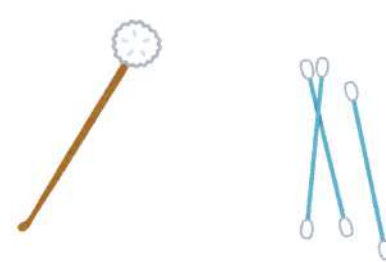
奥の耳垢は、外耳道の皮膚のはたらきで、自然と外側に出てきます

2 ~ 4 週間に一度に



連日の耳掃除は、かえって外耳道を傷つけて、かゆみ等の原因につながります

使い慣れた道具で



綿棒や耳かき等、使い慣れた道具を使用して、優しくそっとしましょう

耳垢の掃除（きちんと摘出すること）は保険診療で認められています
耳垢が気になる、かゆみがある等あれば、耳鼻咽喉科を受診しましょう



JA熊本厚生連健康管理センター

施設所長 粟津 雄一郎

TEL 096 (328) 1256 FAX 096 (328) 1229