

健康テラス



てつ耳鼻咽喉科
岩永 哲 先生

後鼻漏について



鼻水は1日2~6L程度産生されるといわれており、加湿 保温、空気中の菌やウイルス ほこりを気管支や肺に侵入させない機能があります。鼻水として鼻から排出される以外、1/3程度は後鼻漏となります。

後鼻漏は、鼻汁がのどに流れ落ちる状態で、通常は誰も無意識に唾液とともに飲み込んでいる生理的な現象です。病気や加齢などで 鼻汁量や粘りが増加し、鼻や喉に停滞すると意識するようになります。

症状

のどの違和感、咳、痰(特に、飲み込む力が低下する高齢者)、更に睡眠障害、気管支炎、口臭の誘因にもなります。

原因

主に副鼻腔炎、アレルギー・血管運動性鼻炎、上咽頭炎、風邪など。稀に、鼻腔異物、髄液漏などもあります。

診断

視診での口腔観察や後鼻鏡検査、詳細には内視鏡での観察、場合によりレントゲン、CTなどが必要になります。

治療

- ①薬物療法:原因疾患に対する投薬。
- ②局所療法:吸引処置、ネブライザー、鼻腔洗浄など。
- ③手術療法:副鼻腔炎やアレルギーの所見が強い場合に検討します。

自宅での鼻腔洗浄、加湿器などでの部屋の保湿、水分を適量とることも症状緩和につながります。

症状でお困りのかたは耳鼻咽喉科専門医にご相談ください。症状軽減のお手伝いができると思います。

ガンバリスト

長与町老人クラブ青葉会



長与町老人クラブ青葉会は、会員数52名の青葉台で活動している老人クラブです。脳トレ教室や出前講座など、健康的で楽しく、有意義な勉強会やレクレーションを実施し、会員全員が楽しめる交流の場をつくり、会員の健康増進や生きがいづくりに取り組んでいます。また、毎年4月から9月までの期間は、青葉台にお住いの方ならどなたでも参加できるラジオ体操を実施しており、老人クラブにとどまらず、青葉台地区全体の活性化にも努めています。令和6年5月には「青葉台50周年記念写真展」を開催し、こうした活動が認められ、令和7年1月に「高齢者地域貢献活動表彰(県知事表彰)」を受賞しました。