

●内科

Q1：市販のものも含め、頭痛薬を服用する頻度はどのくらいまで大丈夫でしょうか。毎日のように服用するので心配です。

A：頭痛は日常診療でとてもよく遭遇する症状ではありますが、有効な治療のためにもまずは頭痛の原因は何か？を判断しなければなりません。頭痛の程度が進行している、発熱やおう吐を伴う、神経症状（しびれやまひ）を伴う等であれば、早急な受診が必要です。

そうひどくない頭痛でも、月に10日以上鎮痛剤を服用する、日常生活に支障をきたしている等であれば、やはり一度診察を受けた方がよいでしょう。

市販の鎮痛剤でも使用過多による頭痛（薬物乱用頭痛）を引き起こす可能性があります。頭痛が頻繁に起きる人や、鎮痛剤を連用している人は、まずは原因検索を含め、受診をお勧めします。

Q2：子宮頸がんワクチンは打つべきでしょうか。

A：子宮頸がんワクチンの接種に関しては、有効性が認められ、接種再開を支持している専門家の意見があります。一方副反応を引き起こす不安をお話される保護者やお子さんもしらっしゃいます。まずはかかりつけの医師とよく相談し、ご家族でも話し合い、その上でお決めになることが大事かと思えます。

Q3：コロナ禍、医療機関への受診を控えていましたが、以前のように受診してもよいでしょうか。

A：現在も続く第6波では医療機関の負担は増大しております。コロナ患者さんを検査および診療している医療機関の中では、当院のような小規模クリニックでも負荷は大きく、時には発熱患者さんの予約をお断りしないといけない状態です。

ただ、感染予防に関しては、一般の患者さんとの動線を分け、十分配慮がなされていると思いますので、受診を控えるのではなく、医療機関にまずはお電話でご相談されるのがよいかと存じます。

●耳鼻科

Q1：イヤホンで音楽を聴きながら寝てしまうことがあります。耳への影響はありますか。


A：音量によります。普通の音量なら問題ないと思います。

Q2：ヘッドホンを使用している時間が長くなっていますが、聴力への影響はありますか。

A：こちら音量次第です。

☆☆

そこに
ありませ
「耳垢」
は




耳の穴の長さは大人で約3.5cmです。外側の3分の1は軟骨に囲まれて皮ふも柔らかいのですが、内側の3分の2は頭の骨に囲まれ、皮ふは薄く、とてもデリケートです。

この耳の穴には、すごい機能があります。鼓膜や耳の奥の皮ふは、1日に0.05mmくらいの速さで外に向かって移動します。そして外側3分の1のところまで来た皮ふは、表面からはがれ落ち、汗や分泌物、ホコリなどと一緒になるのです。これが「耳垢」。

さらに耳垢は、私たちが食べたり話したりするあごの動きで、耳の穴の外まで運ばれ、外にぼろっと出ていきます。耳の穴は、自分で自分をキレイにしているのですね。

耳そうじは外側から3分の1までで十分。その奥に耳垢はないのです。



☆☆