

## 1. 鼻みずが多く、それが原因で中耳炎になってしまいました。鼻のかみ方で

### 気をつけることは何でしょうか？（3歳）

中耳炎には鼻がうまくかめずに鼻みずが溜まってしまったり、力強くかんだりしたときに、鼻から耳につながる管(耳管)を介して細菌が耳の奥に入り、炎症を起こすものがあります。子どもは耳管が大人よりも短く平行になっているため、風邪をひくと中耳炎になりやすいのです。

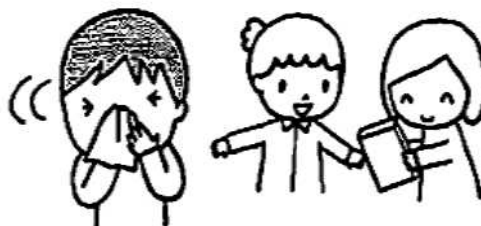
#### 鼻をかむときの注意点

片方ずつかむ

かむときは口から大きく息を吸う

口を閉じて、ゆっくり小刻みにかむ

(力強くかまない)



小さいうちから鼻みずを拭くときに片鼻をおさえ「チーンしようね」「フンしようね」など声をかけながら行くと鼻をかむ習慣がつきやすくなります。