



健康豆知識 第130回

耳掃除について

皆さんは普段耳掃除をしていますか？耳掃除を全くやらない方から毎日お風呂上がりに綿棒でされる方までいらっしゃいます。一体どれくらいの頻度で、どのような方法で行うのが良いのでしょうか？

もともと耳垢は耳の中の皮膚の代謝物や分泌物が固まったもので、生じてしまう事は避ける事ができません。本来耳には耳垢を自然に外に排出する機構が備わっているので、基本的には耳掃除をしなくても問題はありません。ただ、耳の形状によっては自然に出てくる事が難しい場合もあり、そのようなケースでは耳掃除の必要があります。

耳掃除の方法ですが、これはご自身ではやらず、耳鼻科へ受診される事をおすすめします。

ご自身で耳掃除を行うと、見えない中を手探りで操作するため、耳の中の皮膚を傷つけてしまい外耳炎となってしまうリスクがあります。また耳垢を奥に押し込んでしまい余計取れにくくなってしまったり、完全に耳を塞いでしまったりする可能性もあります。耳鼻科では耳の中を直接観察しながら専用のピンセットや吸引器具を用いて耳掃除を行います。簡単に取る事が出来ない時には、耳の中に耳垢を柔らかくする薬を入れて時間を置いてから耳掃除を行います。

小さいお子さんの耳掃除についても、急に動いてしまい、鼓膜を破ってしまうような危険もありますので、病院で安全に行う事をおすすめします。

耳掃除の頻度ですが、一般的には3〜4か月ごと、年に3〜4回程度をおすすめしています。異常が出てからの耳掃除では、処置時の痛みが増える事も多いので、自覚症状が出る前に早めに受診していただく事をおすすめします。

症状がないのに耳掃除だけで受診しても良いのか心配される方もいらっしゃいますが、全く問題ありませんのでご安心下さい。逆に耳垢のせいでとていでも実際は難聴のような病気のケースもありますので、気になる症状がありましたら遠慮なく耳鼻科にご相談いただければと思います。

提供：一般社団法人 桶川北本伊奈地区医師会

休日や夜間 お子さんの急な病気やけがのとき

埼玉県小児救急電話相談

家庭での対処方法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。

電話番号 **#7119番**、**#8000番**

※ただし、IP電話、ひかり電話、ダイヤル回線をご利用の場合は、048-824-4199、048-833-7911へおかけください。
相談時間 24時間 365日

平日の夜間 お子さんが病気やけがのとき

小児初期救急医療体制

(桶川・北本・伊奈地区)

当番医療機関のお問い合わせは埼玉県中央広域消防本部へ

☎ **597-3301** (自動音声案内)

診療日 毎週月〜土曜日

(祝日、年末年始 [12月29日〜1月3日] を除く)

診療時間 20:00〜22:00

診療医療機関 桶川・北本・伊奈地区の医療機関が在宅当番医(輪番)制で実施(診療日によっては市外の医療機関が当番医となります)

診療内容 急患に対する応急処置

その他 健康保険証をお持ちください。夜間診療となるため、会計等の取扱いが異なります。また、受診前に当番医療機関への電話連絡をお勧めします。

休日や夜間の急な病気やけがのとき

大人の救急電話相談

電話相談 **#7119番**

(プッシュ回線、ひかり電話、携帯電話をご利用の場合) ※ダイヤル回線、IP電話、PHSをご利用の場合は、048-824-4199へおかけください。
相談時間 24時間 365日

休日当番医 診療時間 9:00〜17:00 (時間厳守)

8月8日〜9月7日

| 月日 | 医療機関名 | 科目 | 電話 |
|---------------|-------------------------|----------------|--------------|
| 8/11 (金・祝) | いなぎ ent クリニック | 耳/気/放/形外 | 593-4567 |
| | おおつ消化器・呼吸器内科クリニック (伊奈町) | 内/消内/呼内 | 048-748-5522 |
| | 埼玉県中央病院 (桶川市) | 内/外 | 048-776-0022 |
| 8/13 (日) | 南福音診療所 | 内/小 | 591-7191 |
| | 埼玉県中央病院 (桶川市) | 内/外 | 048-776-0022 |
| | 伊奈病院 (伊奈町) | 内/外 | 048-721-3692 |
| 8/20 (日) | 伊藤クリニック | 胃/外/内/整/リハ/皮/泌 | 593-5588 |
| | 伊奈中央病院 (伊奈町) | 内 | 048-721-3022 |
| | 埼玉県中央病院 (桶川市) | 内/外 | 048-776-0022 |

| 月日 | 医療機関名 | 科目 | 電話 |
|-------------|-----------------------|---------|--------------|
| 8/27 (日) | 山崎医院 | 小/内 | 591-2244 |
| | ベニバナファミリークリニック (桶川市) | 内/小 | 048-787-0002 |
| | 伊奈病院 (伊奈町) | 内/外 | 048-721-3692 |
| 9/3 (日) | ひらお内科クリニック | 内/心内/神内 | 592-8861 |
| | 伊奈病院 (伊奈町) | 内/外 | 048-721-3692 |
| | いけだファミリークリニック桶川 (桶川市) | 内/小 | 048-788-1167 |

- 桶川北本伊奈地区で広域的に実施しています。
- 新聞各紙でも上記医療機関が併記されています。
- 診療科目などは、変更になる場合があります。
- 必ず事前に電話で確認をとり、健康保険証をお持ちください。

埼玉県救急医療情報センター

[24時間] ☎ **#7119番**、**048-824-4199**

急病等のため緊急の治療が必要になったとき、診療できる医療機関(歯科を除く)をご案内しています。



新型コロナウイルスワクチン 関連情報

健康づくり課新型コロナウイルスワクチン接種担当 (☎ 590-7355)

1 令和5年春開始接種が終了します

令和5年春開始接種は9月以降接種できなくなります。初回接種済で、下記該当者で接種を希望する人は8月中旬に接種をしてください。使用ワクチンは、オミクロン株対応ワクチン(ファイザー社およびモデルナ社)となります。

接種券の申請について

5〜64歳 接種期間：8月31日(木)まで



- ・基礎疾患等を有する人
- ・医療機関、高齢者・障がい者施設等の従事者

WEB申請フォームから接種券発行申請▶
※スマートフォンの操作が困難な人は電話(北本市コロナワクチンコールセンター☎0120-152-187)または窓口で申請できます。
※未使用の接種券が残っている人も申請が必要です。

65歳以上 接種期間：8月31日(木)まで

市から接種券を送付済です。

お手元の接種券で接種することができます。接種券を紛失した人や転入した人は、市へご連絡ください。

接種予約について

予約受付期間 **8月18日(金)まで**

☎ **0120-152-187**

北本市コロナワクチンコールセンター

ワクチン
接種予約
サイト



LINE
予約



2 令和5年秋開始接種の予約を開始します

対象者 初回接種済の5歳以上 **予約受付期間** 8月21日(月)から(予定)

使用ワクチン オミクロン株対応 XBB 1 価ワクチン (春開始接種とは別のワクチンです)

接種予約について

春開始接種と同様、北本市ワクチンコールセンター、ワクチン接種予約サイト、LINE 予約から予約ができます。接種券の申請方法については、広報きたもと9月号、または市ホームページをご覧ください。

秋開始接種の「おまかせ予約」を実施します

春開始接種をおまかせ予約で予約・接種した人には、秋開始接種のおまかせ予約の申込書を送付しています。

▶茶色の専用封筒で届きます

