

# 健康 ぷらざ

## 原因を解明してスッキリ - 鼻づまり -

指導：九州アレルギー・免疫センター所長

石川 哮

企画：  
日本医師会

No. 70

鼻づまりは生活を暗くするいやな症状です。

鼻づまりが起こるメカニズムをよく理解して治し、明るい生活を取りもどしましょう。

### 鼻づまりの原因は

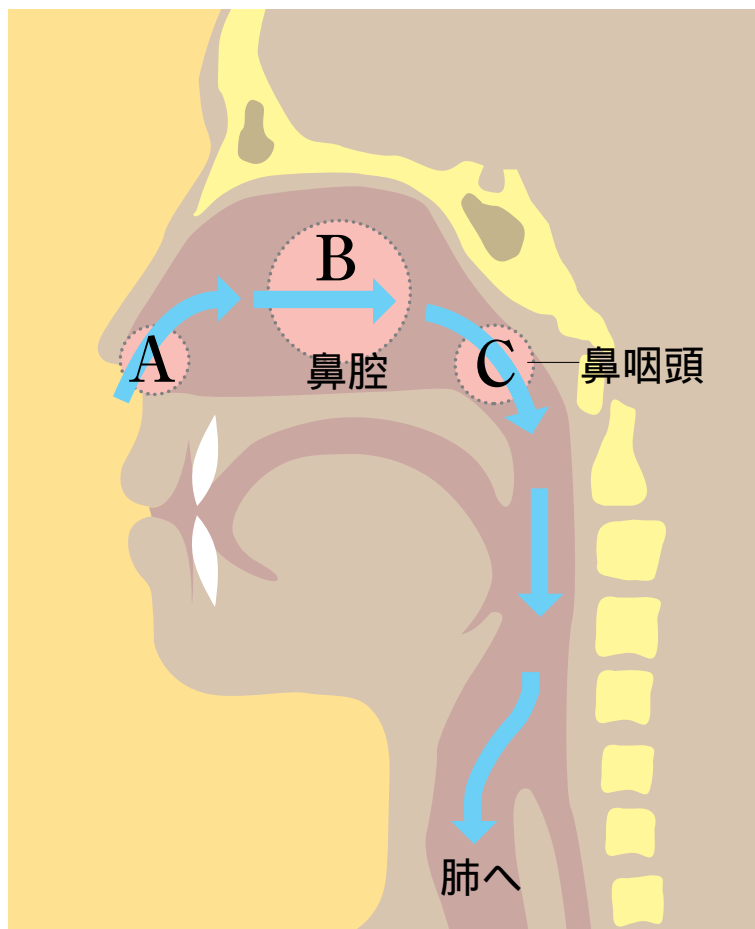
吸い込んだ空気は青色矢印のように鼻の穴から入り、粘膜でおおわれた鼻の中(鼻腔)を通過してさらに奥に進み、そこから下方の咽喉(のど)を通過して気管から肺へと流れます。吐く息もほぼ同じ道を逆に進みます。この空気の通り道が何かの原因で狭くなったり、ふさがったりすれば“鼻づまり”が起こります。

鼻の入口のA部では「おでき」ができたたり、「はなくそ」がつまったり、豆など異物が入って通りが悪くなる場合があります。

次のB部は鼻腔で、風邪やアレルギー、蓄膿症などの炎症で粘膜が腫れたり、鼻汁がたくさん出ると空気の通りが悪くなります。鼻腔を左右に分け、“鼻の障子”と呼ばれる鼻中隔が曲がって突出していても鼻づまりの原因になります。また、鼻茸ができると、さらに強い鼻づまりが起こります。

鼻の突き当たりC部は鼻咽頭です。ここが炎症で腫れたり、アデノイドが肥大すれば鼻づまりの原因になります。

このほか、腫瘍は呼気・吸気の通り道のどこにできても通りを悪くし、鼻づまりを引き起こします。



### 原因に対応した薬を

鼻づまりの原因によって、粘膜の腫れをひかせる消炎剤や血管を収縮させる薬、鼻汁を減らす薬、アレルギーがあれば抗アレルギー薬など、それらに対応する薬で治療します。内服薬も外用薬もありますが、いずれも医師に原因を確認してもらったのが先決で、勝手な自己判断は禁物です。

### 手術による治療とは

鼻中隔が曲がっていたり、炎症が慢性化して粘膜の腫れが薬ではもどらなくなっている、あるいは鼻茸や腫瘍ができている、アデノイドが極度に腫れるなどの原因で、口で呼吸をしなくてはならないような状態になることがあります。このような場合には、手術による治療の必要も出てきます。