急性中耳炎
（かぜのあとの耳の痛み）

急性中耳炎は、**かぜのウイルスや細菌が、鼻の奥から耳の奥（中耳）に入って**起こります。子どもは耳と鼻をつなぐ管が太く短いため、**かぜをひくと中耳炎になりやすい**のです。**生後6か月〜3歳ごろ**に特に多く、保育園などで集団生活をしている子はくり返しやすい傾向があります。

こんな様子はありませんか？

- **耳を痛がる**、耳をさわる・ひっぱる
- 急に**機嫌が悪くなる、夜中に泣いて起きる**（横になると痛みが強くなります）
- **熱が出る**（出ないこともあります）
- **耳だれ**（耳から黄色い汁）が出る　→ 鼓膜に小さな穴があいてうみが出たもので、痛みは楽になることが多いです

話せない赤ちゃんは、かぜのあとに機嫌が悪い、夜泣きが続くといった様子が手がかりになります。

クリニックでの治療

軽いとき

軽い中耳炎の多くは自然に治ります。**抗菌薬（抗生物質）を使わずに、2〜3日様子を見る**ことがあります。よくならなければ抗菌薬を使います。

中等症以上

痛みや熱が強いとき、鼓膜の腫れが強いときは、**抗菌薬**を使います。**決められた日数、最後まで飲みきりましょう。**

痛みには

痛み止め（**アセトアミノフェン**）を使います。

重いとき

なかなか治らない、とても重いときは、**鼓膜を切ってうみを出す処置**が必要になることもあり、**耳鼻科の先生への受診をおすすめ**しています。

治ったかの確認が大切です

痛みや熱がおさまっても、**鼓膜の奥に水（滲出液）が残る**ことがあります（滲出性中耳炎）。聞こえにくさの原因になることがあるので、**言われた日に再受診して、鼓膜を確認**させてください。

うらに続きます →

おうちでできること

- **鼻水をこまめに吸ってあげましょう。**鼻水がたまると中耳炎が治りにくく、くり返しやすくなります。
- 夜中に痛がるときは、処方された痛み止めを使い、**上体を少し起こして**抱っこしてあげると楽になることがあります。
- 耳だれが出ているときは、**耳の入り口だけ**をやさしくふき取りましょう。綿棒を奥まで入れないでください。
- 熱がなく元気なら、**お風呂はいつもどおり**でかまいません。耳だれがあるときや治療中のプールはお休みしましょう。

すぐに受診してください

- **耳の後ろが赤く腫れて、さわると痛がる**
- **高い熱が続く**、ぐったりしている
- **頭をひどく痛がる、何度も吐く、首を痛がる**

夜間・休日に迷ったときは、こども医療電話相談 **#8000** にご相談ください。

保育園・幼稚園は？

中耳炎そのものは人にうつる病気ではありません。**熱がなく、ふだんどおり過ごせれば**登園できます。

くり返さないために

- **肺炎球菌ワクチン、5種混合ワクチン**などの予防接種をきちんと受けましょう
- かぜのときは**鼻水のケア**をこまめに
- **たばこの煙**を避けましょう

かつらがわキッズクリニック

075-874-4381

夜間・休日の相談は　こども医療電話相談 #8000

〒601-8601 京都市南区久世高田町376-1 イオンモール京都桂川 1階 メディモ内

監修：かつらがわキッズクリニック　院長　後藤高弘（2026年10月作成）／参考：日本耳科学会・日本小児耳鼻咽喉科学会・日本耳鼻咽喉科感染症・エアロゾル学会「小児急性中耳炎診療ガイドライン」

ホームページ