

お耳そうじについて

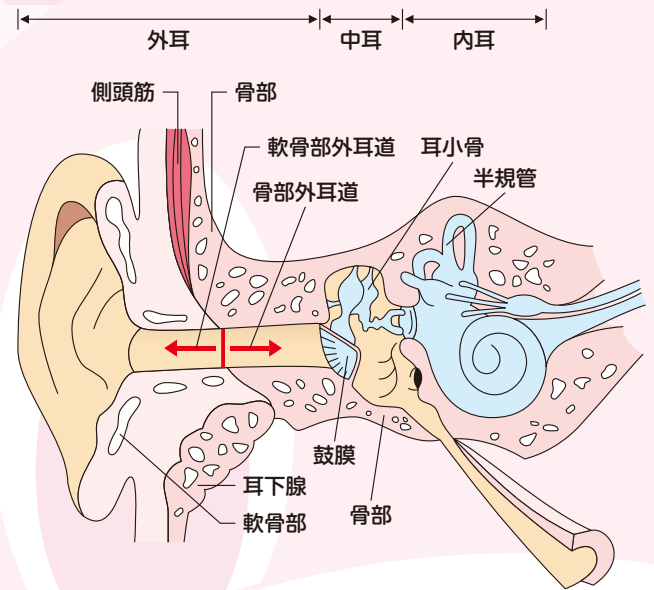
ふくおか耳鼻咽喉科

〒477-0032 愛知県東海市加木屋町2-224-2

TEL (0562) 38-2800

お耳そうじについて

- 範囲は軟骨部外耳道までの、入り口から見える範囲だけ(耳の穴から1cm以内、目安は小指のつまが入るくらい)を綿棒でそうじするようにしてください。
- 特にお風呂上がりは、耳垢が柔らかくなっているのでそうじしやすいです。
- お家でのお耳そうじは5~7日に1回のペースでいいです。
- 綿棒や耳かきは短めに持ち、耳の壁をなでるようにしてください。
- 綿棒はベビー用の細いものを使用してください。
- 乾性の耳あかは、綿棒の先にオリーブオイルを少し付けると取りやすいです。
- 耳かきは使ったら洗浄して清潔にしてください。
- 自然に取れない耳あかを無理に取ろうとしないようにしてください。
- 痛みを感じたら、すぐ中止してください。
- やりすぎ禁物。かえって耳あかを増やします。



奥の方の取れない耳垢は耳鼻咽喉科に受診し取ってもらいましょう。
耳垢を取るだけの受診でも歓迎ですよ!
大体3ヶ月に1回のペースでいいです。

★ 症状が急に変わることもあります。疑問な点や困った事がありましたら、なるべく早目におたずねください。

おだいに
なさってください。

