

体のところの通信簿

「くさだま」

口臭の一因微熱などに注意



ていた。おおいに笑ったが、ふと気になった。そもそも何？ 病気のサインではないのだろうか。放っておいても平気なのだろうか。

「それは膿栓ですね」

笠井耳鼻咽喉科クリニックの笠井創院長が説明してくれた。

のどの奥に、白い塊を見つけたことはないだろうか。この塊はせきやくしゃみをした拍子に飛び出すことがあり、つぶすと強烈な悪臭がするという。以前、この塊を、あるお笑い芸人が「くさだま」として紹介し

の奥の奥に、白い塊を見つけたことはないだろうか。この塊はせきやくしゃみをした拍子に飛び出すことがあり、つぶすと強烈な悪臭がするという。以前、この塊を、あるお笑い芸人が「くさだま」として紹介し

かすなどがたまる。それが固まった白いものが膿栓だ。膿栓はいわばごみ。それを栄養に細菌が増殖する。たまってくると、口の奥に違和感が出たり、口臭の一因になったりする。ただ、笠井さんは「個人差はありますが、扁桃がある限り、誰にでもできるもの。特に気になる症状がなければ、通常の膿栓は放置しても大きな問題はありません」と話す。

気になる場合は耳鼻咽喉科で取ってもらえる。笠井さんはうがい薬などで洗った後、専用の機械で吸引し、もう一度洗う。この間約3分。

太めの綿棒などを使い、自分で取ることもできるが、「固いものを使うのはのどを傷つける恐れがあるのでやめましょう」と笠井さん。うがいや、歯や舌の汚れを取るなど、口の中を清潔にすることも、通常の膿栓はかなり予防できるという。

気をつけたいのは、膿栓が病気や何らかの症状と関係するケースだ。

旭川医科大学耳鼻咽喉科・頭頸部外科の原淵保明教授は「微熱が長引く、口臭が続く、のどの痛みや異物感がなかなか治らないといった場合は、耳鼻咽喉科に相談した方がいいでしょう」と勧める。

よくあるのは、膿栓で増えた細菌が、扁桃に過剰な反応を起こさせ、慢性扁桃炎や扁桃性微熱が続く場合だ。膿栓を除去して、扁桃を洗うことで、炎症や過剰な免疫反応などの症状を抑えられることが多いという。

いびきや睡眠時無呼吸症の原因にもなる扁桃肥大や、何度も扁桃炎を繰り返す習慣性扁桃炎、腎不全につながる恐れのあるIgA腎症や、手のひらと足の裏に皮疹が出る掌蹠膿疱症などを起こしている場合の扁桃にも、膿栓がよくみられる。左右の扁桃の一方だけに膿栓がたくさんある場合はがんの疑いもあるという。「すぐに病院へ行きましょう」と原

The Asahi Shimbun

のどの奥に膿栓(のうせん)が……

- ① ☐ 自覚はないが、鏡などで見るとあるのが分かる
- ② ☐ 口臭を指摘されたことがある
- ③ ☐ のどの奥にゴロゴロとした違和感がある
- ④ ☐ 風邪を引くと必ずのどが痛くなる
- ⑤ ☐ 微熱が続くことが多い
- ⑥ ☐ いびきがひどい
- ⑦ ☐ 病院で取り除いてもらっても、すぐに再発してしまう
- ⑧ ☐ 血尿やたんばく尿を健診で指摘されたことがある
- ⑨ ☐ 片方の扁桃(へんとう)にばかりできる



ドクター原淵の診断

①はほぼ問題はないでしょう。②③は、気になるようなら病院で取り除いてもらって下さい。④⑤は慢性扁桃炎や扁桃性微熱の疑いがあります。膿栓を取り除くと改善することが多いので、一度診察を受けることをお勧めします。⑥～⑨は、膿栓の除去よりも、扁桃摘出手術での根本的な治療が必要かもしれません。なるべく早く病院で相談して下さい