

最初は蓄膿症かと思いましたが、長年、後鼻漏に悩まされています。症状は全然、改善されません。治る病気なのでしょうか。

(上越市・64歳女性)

## みんなの診察室

後鼻漏とは鼻水が鼻の穴から出ないで喉の方に垂れ下ってしまう病気です。鼻水の増加する病気、主に風邪や蓄膿症(慢性副鼻腔炎)、アレルギー性鼻炎などを発症すると後鼻漏が出現します。

原因となっている病気が分かれば内服治療などで改善しますが、原因がはっきりしないことも多く、なかなか症状が取れない場合があります。

成人、特に高齢者では鼻や喉の粘膜が萎縮して乾燥が強くなり、鼻水が後ろに垂れたままへばりついてしまうことが多くなります。また気温の変化などに鼻が敏感となり、鼻水も多く出るため後鼻漏感が強くなります。このような状態では薬を続けるだけでは症状の

## 鼻うがい、温めで改善も

改善が見られないことが多いです。

薬のみで治らない場合、鼻うがいをするという方法があります。これは鼻から塩水を入れて口から出すという方法で、奥にたまった鼻水を簡易に取ることができます。最近では専用の器具や洗浄液がドラッグストアなどでも購入できます。

寒い時期や早朝は気温が低く、後鼻漏もひどくなります。そのため鼻の粘膜を温めるのもよい方法です。体を温めると鼻の中も温かくなるので鼻水も減り、奥にたまった鼻水も出やすくなります。また乾燥を防ぐため特に冬などは部屋の湿度に気を配ることも大切です。

難治の後鼻漏は改善まで時間がかかりますので、セルフケアも併用しながら治療を続けることをお勧めします。

(立川総合病院・耳鼻咽喉科)



大野雅昭医師

### 後鼻漏

【質問募集】病気について知りたいことや、気になる体調などを150字以内にまとめてください。紙上匿名ですが、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記し、〒950-8535 新潟市中央区万代3の1の1、新潟日報社報道部「みんなの診察室」係。ファクス025(385)7250、メールki-houdou@niigata-nippo.co.jp