



うめはなしんぶん

- 苦楽園院号 -

VO1.59



Vo.59 は苦楽園・梅岡耳鼻咽喉科クリニック号です。
今回は、診察室でご質問の多い耳掃除について耳鼻科医がお答えします。



耳のお掃除



耳掃除は自分でやっても大丈夫ですか？



耳掃除は自分でやらないでください。
なぜなら基本的に耳垢は手前の方にできます。
奥の方まで綿棒や耳かきを入れる必要はありません。
むしろ手前にできた耳垢を奥に押し込んで、
かえって取りにくくなる可能性があります。



毎日のお風呂上がりの耳のケアを教えてください。



お風呂上りにタオルなどで付着した
水を拭きとる程度にしましょう。



耳掃除だけで耳鼻科に受診してもいいですか？



はい！受診してください。特にお子さんはお
家でのお掃除が難しいと思うので、3 か月～
半年に1回を目安にご受診ください。



**耳掃除後に聞こえにくくなったのですが、
どうしたらいいですか？**



耳垢を奥に押し込んだ可能性や耳垢とは関係なく
耳の病気になる可能性があります。早めに
耳鼻科をご受診ください。



**耳掃除をしすぎたのが
耳の中が痛いですが、
受診してもいいですか？**



耳掃除で外耳道を傷つけてしまっている可
能性があります。ぜひご受診ください。



**ベトベトしている耳垢なのですが、
何か耳の病気なのでしょうか？**



耳垢には種類があり、乾燥している乾性耳垢
とベタベタしている湿性耳垢があります。特
に耳の病気ではありません。



耳のトラブル

これから暑くなる季節に注意！「外耳炎」

耳掃除のやり過ぎにより、耳垢がかえって溜まりやすくな
ったり、外耳道炎を起こしたりします。

耳掃除をしすぎると、**耳を触る→耳がかゆくなる→もっと耳
を触りたくなる**といったサイクルで段々耳の環境を悪化させ
るおそれがあります。

耳のかゆみ、痛み症状がある場合は早目に受診しましょう。



外耳炎



正常



全スタッフで行った清掃活動

地域貢献の一環として梅華会グループクリニック、各コペル教室
の周辺公園や道路を中心に清掃活動を行いました。

冬の時期の落ち葉は思ったよりも多くてビックリ！すぐにゴミ袋
がいっぱいになりました。意外な落とし物を発見したり、ペット
ボトルが捨ててあったりと、日ごろからゴミを捨てない意識は大
切だと実感しました。

通勤で通る道や子ども達が遊ぶ公園が、もっと美しくなってく
れるよう、今後も梅華会スタッフ全員で定期的に清掃活動をおこな
っていきます。



芦屋院
限定

50歳
以上



たいしょうほうしん

带状疱疹の予防接種ができます！

水ぼうそうにかかったことがある人は、すでに水痘（すいとう）・带状疱疹ウイルスに対する免疫を獲得していますが、年齢とともに弱まってしまう。改めてワクチン接種を行い、免疫を強化することで带状疱疹を予防します。予防接種は带状疱疹を完全に防ぐものではありませんが、たとえ発症しても症状が軽くすむという報告があります。



「带状疱疹」はどんな症状？

水ぶくれを伴う赤い発疹が、体の左右どちらかに帯状に現れます。強い痛みを伴うことが多く、症状は3~4週間ほど続きます。



「带状疱疹」になって困ることは？



- ①発疹が治っても、長い間痛みが続くことがあります。
- ②まれに合併症による障がい・後遺症が残ることがあります。
例えば...角膜炎などによる聴力低下、失明、難聴、耳鳴り、めまいなど

対象年齢：50歳以上 ワクチン接種料金：7,000円 ※当院での取り扱い、ビケンの生ワクチンのみです。

梅華会受診歴のあるご本人またはご家族の方のみ予約可 芦屋院：0797-32-3341

完全予約制です。ご希望の方は芦屋院までご連絡ください。



梅華会グループが提供する

ファスティングサービス

ファスティングとは一定期間、すべての食べ物あるいは特定の食べ物を絶つ行為(断食)のことを言います。代表的な酵素ファスティングでは、水と酵素エキスのみを摂取して過ごします。

Doctor'sFastingとはファスティングマイスターの資格を持ち、現役ドクターである医療法人梅華会 理事長 梅岡比俊が考案したファスティング支援アプリです。アプリを使い、ファスティングマイスターの講師があなたをサポートします！当法人は、医療だけではなく「健康と豊かさを提供する」という考えを持ち、現代人の過食に対して警鐘を鳴らすことを目的にサービスを提供しています。

数値の変化が
一目で確認可能



相談はチャットだから
場所を選ばず
いつでも相談♪



@umehanakai LINEお友だち登録

梅華会グループの耳鼻科公式LINEにて参加者の募集を行います。ぜひご登録下さい。

2022年度 梅華会感謝祭を開催



2022年12月17日(土)にヒルトン大阪にて感謝祭が開催されました。コロナ禍で3年ぶりの開催となり、普段別々のクリニックに勤務しているスタッフが久しぶりに集まることができました。梅岡理事長による開会の挨拶と、武庫之荘クリニック院長の橋本医師による乾杯の挨拶で始まり、2023年度入社スタッフの紹介や、ビンゴゲーム、感謝の気持ちが込められたムービー鑑賞など盛りだくさんの会となりました。2022年患者さんアンケートでいただいた患者さんからの嬉しいお言葉の共有や、各クリニックのリーダーより感謝の手紙が読み上げられるなど、明日からの励みになるような感動エピソードをたくさん聞くことができました。改めて「頑張ってきて良かった！またみんなで頑張っていこう！」と思える会になり、「感謝祭」の名の通り、お互いに日頃の感謝を伝える場として、笑いあり、涙ありのとっても濃い時間を過ごすことができました。



医療法人
梅華会グループ



耳鼻咽喉科

- ・梅岡耳鼻咽喉科クリニック
- ・阪神西宮駅前梅岡耳鼻咽喉科クリニック
- ・武庫之荘駅前梅華会耳鼻咽喉科クリニック
- ・JR芦屋駅前梅華会耳鼻咽喉科クリニック

保育園

- ・うめはなキッズ YPC 保育園 苦楽園
- ・うめはなキッズ YPC 保育園 阪神西宮駅前
- ・うめはなキッズ YPC 保育園 武庫之荘駅前

小児科

- ・梅華会わくわくこどもクリニック
- ・エビスタうめはなこどもクリニック

コベルプラス

- ・コベルプラス阪神西宮駅前教室
- ・コベルプラス武庫之荘駅前教室
- ・コベルプラス苦楽園教室
- ・コベルプラス西宮北口駅前教室

春開校
予定



梅華会 × 定額制 美容皮膚科 HADA LOUNGE クリニック

夙川院