

半世紀前に制定  
 衛生状態が関係

「鼻の日」は、日本耳鼻咽喉科学会が半世紀以上も前の1961（昭和36）年に制定しました。なぜ、8月7日なのかと言うと、8と7に語呂を合わせたのもありますが、制定当時は夏場に子どもがプールに入って蓄膿症にかかることが多かったためです。

現在、蓄膿症は副鼻腔炎と呼ばれるのですが、この50年余の間に衛生状態が大きく改善されたことにより患者さんの数は減りました。一方で、近年は花粉などによるア

# 病気放置で耳口に悪影響

8月7日は「鼻の日」 鼻は健康を守る要

8月7日は「鼻の日」です。鼻の病気は、副鼻腔炎やアレルギー性鼻炎などが知られていますが、「たかが鼻水、鼻づまり」と放置しておくと、耳や口などに悪影響を及ぼす恐れがあります。鼻が持つ機能などについて、金沢医科大学病院耳鼻咽喉科の三輪高喜教授に聞きました。

| 今月の回答者 |



金沢医科大学副学長・耳鼻咽喉科学教授  
**三輪 高喜**  
 日本耳鼻咽喉科学会専門医  
 日本アレルギー学会指導医

レルギー性鼻炎を訴える患者さんが増えています。このため、鼻の病気に関するキャンペーンでは最近、2月20日の「アレルギーの日」を中心にした「アレルギー週間」（2月17日〜同23日）の方が活発になっています。ちなみに、このアレルギーの日は免疫学を研究していた石坂公成さんと照子さんの夫妻が花粉症の原因となるIgE（免疫グロブリンE）の発見を発表した日です。

## わずか10センチに 五つの役割備える

このように鼻の日は近年、アレルギー週間と比べ、やや注目度が低くなっていますが、鼻は人間が生きていくうえで欠かせない、大

気を温めたり冷やしたりして、肺にほぼ体温と同じ温度の空気を送っているのです。つまり、肺に極端な温度の空気が行かないようにして、肺を守っているわけです。

きな機能を持っていることを忘れてはいけません。鼻の目を契機に、鼻の大切さを再認識していただければ幸いです。

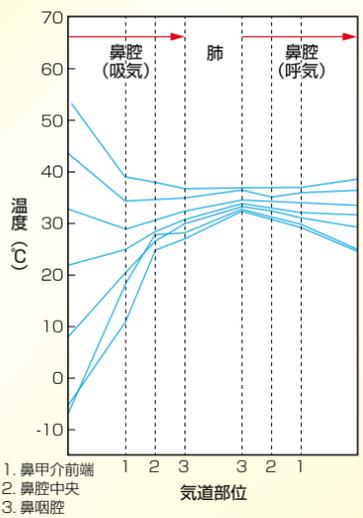
まず、鼻は①呼吸機能・防御機能②嗅覚機能③音声機能を持っています。このうち呼吸機能・防御機能には、五つの役割があります。

一番目が安全な形で肺に空気（酸素）を送ることです。次に異物を鼻に入れない、入っても直ちに外に出します。そして、万が一、

鼻から異物が入っても気道ではなく、食道に送ります。第四は病原微生物を死滅させ、第五は病原微生物を粘膜に付着させないという点です。

いるのが鼻毛や粘膜です。まず鼻毛はミリ単位のほこりを体に入れない機能があります。次いで、粘膜は温度調節の役割を持っています。左上のグラフは吸い込んだ空気の温度が鼻の入り口近くの鼻甲介前端、次に鼻の真ん中の鼻腔中央、そしてどの入り口となる鼻咽腔でそれぞれ何度に変化したかを測定した結果です。

図2 吸気温の変化



氷点下5度の冷たい空気を吸い込んで、鼻の入り口付近では10度ぐらいい上がり、のどの入り口近くでは30度ぐらいいなります。逆に、50度を超える空気も鼻に入った瞬間に約40度に下がり、のどの入り口では30数度に落ちていきます。

## 1日1リットル以上 湿度100%を保つ

また、加湿の役割も持っています。肺に乾いた空気が入ると、肺の細胞が死滅してしまいます。人間の体は1日当たり1リットルから1.5リットル、1分間で約1CCの鼻汁を分泌しており、肺の細胞に送られる空気は湿度100%の状態を保っています。

り、気道を防御しています。病原微生物への防御では、鼻水に殺菌効果のある分解酵素、リゾチームやラクトフェリンが含まれています。また、IgA（免疫グロブリンA）を分泌しており、微生物の粘膜付着や体内侵入を防いでいます。

わずか10センチですが、体を守る要の一つと言っても過言ではありません。

このほか、神経防御、つまりくしゃみなどによって鼻に入った異物をすべて口から出そうという動きがあります。鼻水は異物を流し、鼻づまりは異物を入れさせないための動きです。

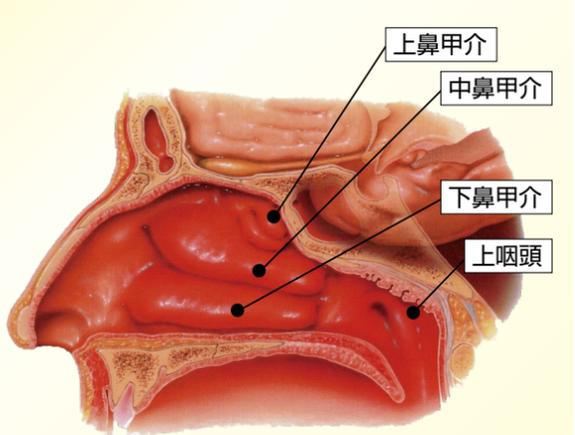
## 加齢とともに低下 気付にくい面も

さらに、粘液纖毛輸送といい、鼻水をのどに流す作用を持っています。鼻の中には絨毯のような毛が立っていて、これらは絶えず一定方向に動いています。この運動によって、鼻水はのどから食道そして気管から食道へと流れてお

さて、嗅覚機能や音声機能では、まず嗅覚機能は動物の場合、防御に重要な要素ですが、人間はそれほど重要視されていません。しかし、ガス漏れや煙のにおいに気づかず、逃げ遅れるケースをはじめ、食べ物の腐敗臭に気づかないで食べてしまう例が見られます。

特に、嗅覚は加齢とともに低下

図1 鼻腔



していきまます。しかし、嗅覚の低下は視覚や聴覚に比べ、気づきにくいようです。

以前、内灘町の60歳以上の65人を対象に、嗅覚の調査をしました。事前調査では8割の人が「においを感じている」と答えていましたが、実際に嗅覚テストを行うと、65人中37人、6割近くの人に嗅覚低下が見つかりました。しかも約1割は全くにおいを感じていませんでした。

音声機能では、鼻が詰まると声が変わります。歌手がうまく鼻を使って声を出しているように、鼻と声は密接な関係にあります。鼻が詰まって鼻声になったりするのは、大した問題ではないように思えますが、実は結構悩んでいる人が多いのが実情です。

鼻の病気を放置すると、どうなるか。代表的な病気の一つが副鼻腔気管支症候群です。副鼻腔炎を患い、睡眠中に鼻汁がのどから気管支に入り、気管支炎を起こします。また、鼻つまりで口呼吸となり、加湿や加温されない空気を吸入するため、気管支炎を引き起こすケースです。

もう一つ、難病に指定されている好酸球性副鼻腔炎があります。副鼻腔の中に鼻茸、いわばポリープができ、手術しても再発する病気ですが、ぜんそくと合併しやすくなります。

さらに、花粉などによるアレルギー性の副鼻腔炎もあります。

このように副鼻腔炎といっても、いろいろ種類がありますが、何よりも大事なのは医療機関で専門医の診断を受け、どんな病気が診断してもらったことです。鼻は大事な機能、役割を持っており、早期発見、早期治療が何よりも大事です。

### フェロモンも においが原因

ところで、嗅覚に関連して、面白い話が二つあります。一つ目はフェロモンです。フェロモンは動物が体外に出す分泌物によって、同種の他の個体に一定の行動、発育に変化を促す生理活性物質を指します。平たく言えば、オスがメスをひきつけたたり、逆のケースを引き起こす物質です。

実は、フェロモンを感知する組織は鼻の中にあります。しかし、

人間の場合は年を経ることに退化します。「年を経るごと」と言っても、確かに胎児の時点では存在していますが、生まれた瞬間に退化すると言ってもいいくらいです。人間にとってはほとんど機能していないとも言えますが、例えば、

女子寮で一人が月経になると、周りの女性が次々に生理になるのもフェロモンが原因です。「寄宿舎効果」と呼ばれています。これはにおいが原因とされます。

もう一つ、年ごろの娘さんが父親を嫌う理由についてです。確かに加齢臭もあるでしょうが、体臭をコントロ

ールしているのは白血球の型です。当然、親子であれば白血球の型は近似値になります。人間はこの型が似ていない異性にひかれるということが実験で分かっています。

そのひかれるものが体臭、においです。型が近似値

の異性を遠ざけるといいうのは人間の本能であり、防御の機能です。で、娘さんがお父さんを遠ざけることは医学的にも当然なので、あまり悲観する必要はないのではないのでしょうか。

### 8月6日午後 講演と無料相談

金沢医科大学病院では、鼻の日にちなんで、前日の8月6日に病院内で講演と鼻の無料相談会を開きます。硬軟とりまぜて、お話ししますので、ぜひお越しいただければと思います。

## 県民公開講座と鼻に関する無料相談会

日時：8月6日(日)午後2時 - 4時

会場：金沢医科大学病院中央棟4階北辰講堂

講演「あなたの鼻を大切に」(仮題)

講師 三輪高喜(金沢医科大学副学長・耳鼻咽喉科学教授)

講演終了後、耳鼻咽喉科医師による鼻に関する無料相談会があります。

定員：先着500名

申し込み締め切り：8月4日(金)

問い合わせ・申し込み先：

金沢医科大学耳鼻咽喉科学

TEL.076-286-2211 内線 3423

受付時間：月～金曜日午前9時～午後5時