



# Anna先生のLife in JAPAN Vol.14

■Anna・George  
1987年生まれ。英国ノーフォーク出身。  
2010年8月から只見町英語指導助手。  
小学校と中学校で語学の指導を行います。

2月は只見の雪まつりに行きました。雪像を見たりたくさんのおいしいものを食べて、楽しく過ごすことができました。雪まつりの出店の食べ物は日本では一番おいしいと思います。夜には友人達と花火を見ました。お城と花火を一緒に見ることができ、とてもきれいでした。今回の写真は只見中の1年2組の生徒が作った只見線です。私もちよこつとお手伝いしました！

さすがに雪の降る日が少なくなりましたね。だんだん春が来ると思うと、楽しみです。今年もあちこちで桜の花を見ること

ができればなあと思います。中学3年生は卒業です。とっても寂しいです。でも、小学生が新入生として中学校に来てくれることが今からわくわくしています。中学校でも英語の授業を頑張ってほしいと思います。

東日本大震災から1年がたちます。いかに日本の被害が大きかったか、忘れていません。でもこの1年で東北は元通りになりつつある部分が多くなっているのは本当に驚きです。早く以前の生活ができるようになることを願うばかりです。

(訳・只見中・福地)



## 広報ただみ診療所

朝日診療所

医師 湯田孝之

### 『鼻と咳・のどの関係』

長引く咳やのどの違和感について診察にいられたことのある方は多いかと思えます。原因としては急性上気道炎や肺炎、インフルエンザに代表する感染症や、喫煙によるもの、胃酸によるものなど多岐にわたります。

今回は鼻が原因で起こる咳やのどの違和感についてお話しします。鼻とのど、離れているのであまり関係がないように思われますが、なぜ鼻が原因になるかというと、鼻水が鼻の穴から出ずに後ろに回ってのどに流れ込むことによつて症状を起こします。たくさん鼻水が出ているときに、鼻水が回って飲み込んでしまうことは多くの方が経験されていると思います。これを専門用語で後鼻漏(こうびろう)といいます。一時的な鼻水であれば症状は短期間で改善しますが、慢性的に鼻水が出るような病気では長期間症状が出ることがあります。代表的な病気としては慢性副鼻腔炎(ちくのう症)があります。鼻の穴の周囲には副鼻腔という骨に囲まれた空間があり、そこに膿がたまって、だらだらと鼻水が流れ出ることで、咳やのどの違和感を起こしたり、中には口に苦い水が落ちてくると表現される方もいます。

慢性副鼻腔炎は、顔のレントゲンやCTを撮ることで診断可能で、まずは2カ月から3カ月間抗生物質と去痰剤を内服して治療します。それでも改善しない場合は手術をして膿を出す場合があります。中には喘息が原因になっているものや、真菌(カビの一種)や腫瘍、また歯が原因の慢性副鼻腔炎もあるので、その場合は専門科で治療していただくことがよいと思います。

のどや肺に異常がないといわれていて、鼻が悪いと感じられている方は、鼻に原因があるかもしれませんよ。