

鼻水はなぜ出るの？

①異物の捕捉と排除

＊ホコリ、花粉、ウイルス、細菌などの異物を粘液が捉え、体内に入るのを防ぎます。

＊捕まえた異物は鼻水として体外に排出されます。

②加湿と加温

＊吸い込んだ空気に湿度と温度を与え、気道や肺を守ります。

＊乾燥や冷たい空気による刺激を緩和します。

③免疫の防御機能

＊鼻汁には免疫物質が含まれ、病原体の繁殖を抑えます。

④臭いの検出補助

＊におい分子を嗅覚上皮まで運ぶ役割もあり、嗅覚の働きを助けます。

⑤粘膜の保護と修復

＊鼻の内側の粘膜を潤し、傷や炎症から保護します。

身を守るためには大事



鼻水のは？

おおざっぱに言って



「水っぱな」はアレルギーの傾向かな



「ねぎっぱな」は風邪の傾向かな

鼻血が出ます

風邪をひくと鼻血が出やすい部位があります。
鼻をこすると鼻血が出やすい鼻血のカスをほじるとまた出ます。



鼻水は吸ってあげて

子どもたちは上手に鼻をかめません。
ズルズルしていると耳を痛め、中耳炎の原因となります。
こまめに鼻を吸ってあげてください。



嫌がって泣くんです



でもね、放っておくと
中耳炎になることも…



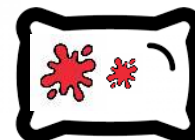
加湿され鼻水が柔らかくなる
**入浴後・寝る前はしっかり、
日中はちょいちょい軽めに**
鼻を吸おう！
鼻をかむときは、片方ずつやさしくかもう。

鼻水がでます

吸ってあげたいけど うまくできない



クリニックでは鼻吸いをしています。
予約なく鼻吸いだけの
鼻吸い特急券
もやっています。ご相談ください。



朝起きたら
事件現場みたいになっていることも

