

子供の扁桃腺とアデノイドの手術

扁桃腺が最も大きいのは7歳、アデノイドが大きいのは4歳ごろです。その後は小さくなります。

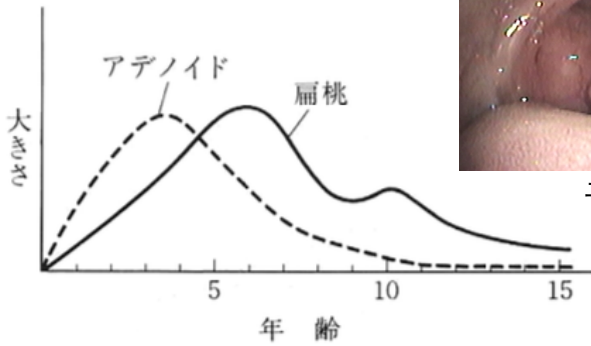
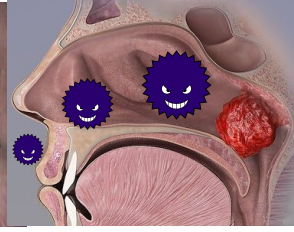


図2 口蓋扁桃・咽頭扁桃の大きさと年齢の関係



子供の扁桃腺とアデノイド

大人の扁桃腺

抵抗力が弱い子供は、わざと扁桃腺やアデノイドを大きくして、鼻や口から入ってくる細菌ウイルスを退治します。保育園で風邪に負けない作戦で、普通の反応です。

中耳炎を繰り返す、無呼吸・いびきの原因は、扁桃腺やアデノイドの異常な肥大です。
何歳で、どのタイミングで手術するか、手術しないで様子を見るか考えます。

397人の無呼吸いびき小児を2つのグループに分け、**半年後にいびきが治った割合**を調べました。

	人数	いびきが治った割合	1年後に再増大した割合
扁桃腺とアデノイドを手術	194人	79%	40%
内服薬のみで経過観察	203人	46%	-

手術をすれば79%も良くなると言えるし、手術しなくても46%は自然に治るとも言えます。

手術でなく薬の場合は、1日1回、モンテルカスト内服とステロイド点鼻薬を併用します。

手術をした1年後、40%の子供で、再びアデノイドが大きくなります。保育園で風邪に負けないためです。当院では、薬から始め、いびきが重症な子供に限って、手術を勧めています。

子供がいびきをかき始めたら、スマホ動画を**30分撮影**します。大人が2人以上で相談しあって丸をつけます。合計**8点以上**は睡眠時無呼吸の疑いで、手術も検討しましょう。合計 点

	0点	1点	2点
いびきの大きさ	いびきなし	弱い	うるさい
いびきの種類	-	出たり止まったり	ずっと続く
寝ぞう：30分で何度も体動	体動なし	3回以内の寝返り	3回以上寝返り
何回起きたか/30分	0回	1回	2回以上
無呼吸の回数/30分	0回	1-2回	3回以上
胸の陥没呼吸	なし	まれに	いつも
口開いて寝ている	なし	まれに	いつも

大人と同じ簡易な睡眠検査は、子供では不正確なので、PSGかビデオ撮影が良いと言われています。

小児滲出性中耳炎ガイドライン2022より抜粋：初回の手術で、アデノイド切除のリスクを侵すことを推奨しない。2回目手術以降、チューブ留置にアデノイド切除の併用は認められる。

急性中耳炎ガイドライン2018より抜粋：アデノイド切除術は（反復性）中耳炎の頻度を減少させることはなく、予防効果もないとされている。