



のどちんこはどんなはたらきをしているの

のどのおくにぶら下がっているのどちんこ

のどちんこは、正式には口蓋垂（こうがいすい）とよばれ、のどのおくにぶら下がっています。

のどちんこは、人が起きているときは、きんちょうしてちぢんでいますが、ねむっている間は、たるんでのびています。

こののどちんこは、体の中でほとんどなんの役にも立っていません。

いびきの原因の一つに

ねむっているとき、いびきをかく人がいますが、のどちんこがねむっている人ののどのおくをふさぎ、呼吸のたびにふるえて、いびきの原因の一つになっています。つかれているときほどいびきをかくのは、のどちんこがよけいにたるんでいるからです。

（監修 保志 宏）

