



ごまが鼻に入ると、どうして「くしゃみ」が出るの

「くしゃみ」をするのも、鼻の大切なはたらき

「くしゃみ」というのは、鼻のねん膜（湿ったうすい膜）についた小さなごみを、ふり落としたり、外に出そうとしたりして、息を思い切りはき出したものです。

ごまも、鼻にとってはごみのようなものですから、ごまが鼻に入ってねん膜につくと、それをふり落としたり、外に出したりするために、「くしゃみ」が出るのです。

鼻は空気をきれいにする

わたしたちが吸う空気の中には、ほこりやばい菌など、いろいろなごみが混じっており、そのまま吸いこむと、病気の原因にもなります。

ごみをできるだけ少なくしてから、体の中に送りこむために、空気を吸いこむ鼻には、いろいろなしくみがあります。まず、鼻毛では大きなごまが入りこむのを防ぎます。そして次には、鼻の中のねん膜をいつも湿らせておいて、小さなごみやほこりまで取り除いているのです。鼻毛とねん膜のおかげで、わたしたちは、かなりきれいな空気を、体の中に取りこむことができるのです。

ところで、この小さなごみが、鼻のねん膜の神経をしげきすることがあります。そうすると、しげきされた神経は、鼻のねん膜についた小さなごみをふり落とし、外へ出そうとして思いっきり息をはき出します。これが、くしゃみなのです。（監修・保志 宏）

