

# ～ ダイビングの耳抜き練習に～ Otovent オトヴェント

日本特許 第3209787号 一般医療機器 届出番号12B1X00003ABIGOM

## ★自己耳管通気器具★ オトヴェント

for

# DIVER



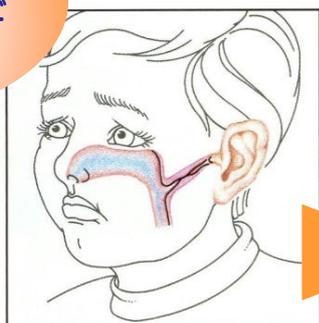
### ★オトヴェントとは…

主に滲出性中耳炎の治療のため、耳管を通気するために用いられる自己耳管通気器具。

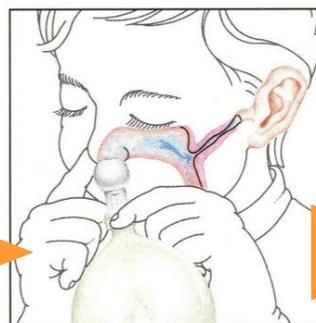
近年、オトヴェントによる耳管通気の基本原理が、ダイビングにおける耳抜きと同じであることより、ダイバーの耳抜き練習用のグッズとして用いられております。



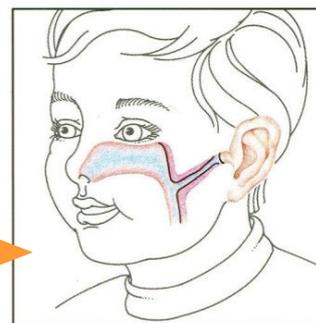
上手に息むコツを  
オトヴェント練習で  
身につけましょう！



耳管が閉じている普段の状態、鼓膜内外の圧力差が生まれても、このままでは解消されない



上手に息むと  
耳管が開く、これが耳抜きの始まり

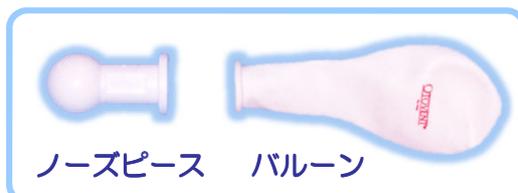


中耳に空気が送り込まれ、鼓膜が膨らみ終わると耳抜き完了、この反復練習が耳抜き上達のポイント



- 初心者・ブランクダイバーが上手な耳抜きを身に付けるため、またその際の指導の補助に！
- 風船の膨らみを目で確認しながら耳抜きすることで、適切な息み方を身に付けられる！
- バルーンが圧力を逃がすので、息みすぎによる耳の損傷リスクを回避、安全に練習ができる！

品名	内容	税抜価格
オトヴェント1×5	ノーズピース1個 + バルーン5個	¥2,000
オトヴェント1×10	ノーズピース1個 + バルーン10個	¥2,500



※ご注文・ご使用に際しては、裏面の注意事項等をよくお読みください。 ※消費税率の変更に伴い税抜表示にしております。

練習動画  
公開中！

ご注文・お問合せ・詳細は [www.meilleur.co.jp](http://www.meilleur.co.jp) もしくは検索

オトヴェント



Meilleur  
mei ju

製造販売業者：株式会社 名優

〒276-0042 千葉県八千代市ゆりのき台3-9-2  
TEL：047-480-6161 / FAX：047-480-6162

# ダイバー向けオトヴェントの使用法



理想的な耳抜き方法を身につけるための練習用器具であり、耳抜きを改善させる治療器具ではありません。



オトヴェントを使わないでも理想的な耳抜き動作が出来るようになることが最終目標です。

## ■オトヴェント使用前の注意事項

ダイバーによるオトヴェント使用は、**理想的な耳抜き方法を身につけるため、耳の不調の治療効果はありません。** 耳に不調がある方は使用せず、耳鼻咽喉科を受診してください。

また、小児期に中耳炎になった、他の耳の病気にかかった、耳の手術を受けた方は、現在は治っていても、事前に耳鼻咽喉科を受診し、鼓膜の正常を確認してから使用してください。鼓膜が薄くなる後遺障害（萎縮鼓膜）のある方がオトヴェントを使用すると、鼓膜穿孔を起こすことがあります。

## ■理想的な耳抜きを目指す“4秒1回（2秒で膨らませて2秒保つ）の練習法”

耳抜きが苦手な方に多い“一気に強く息んだ耳抜き”は、耳を痛めてしまいかねません。また“息む力が弱すぎる耳抜き”は、耳はほとんど抜けません。**耳抜きには、耳が抜けやすいタイミングと力加減があります。** オトヴェントを使用した下記の練習により、**最終目標「オトヴェントを使わないでも理想的な耳抜き動作が出来るようになる」**ことを目指しましょう。

- ①使用前は鼻をよくかんでください。
  - ②ノーズピースとバルーンとをつなぎます。
  - ③片鼻を指で塞ぎ、逆鼻にノーズピースを当て、鼻から声を出す感覚で**ゆっくりと2秒間かけてグレープフルーツ大まで膨らませて**ください。
  - ④膨らんでも息を止めず、**同じ強さの力を2秒間かけ続けグレープフルーツ大を保って**ください
  - ⑤この練習法が身につくよう、1日2回（朝晩）～3回（朝昼晩）続けてください。
  - ⑥実際のダイビングでも、4秒1回の耳抜きを実践してください。
- ※一度身についた後も、ダイビング直前や定期的に練習すると、よりしっかり身につきます。

## ■練習のポイント

- 本練習法は、理想的な耳抜きを身につけるための練習法の一例で、耳抜きができることを保証するものではありません。練習しても耳が抜けない方は、耳が抜けない原因（鼻炎や副鼻腔炎等）が他にあるかもしれませんので、潜水医学に詳しい医師にご相談ください。
- 耳が抜けても音がしない、左右で抜けるタイミングが異なるなど、その方により耳の抜け方は様々ですが、自分なりのやり方に変更せず、この練習法をしっかりと身に付けてください。
- 耳を痛める可能性がありますので、一気に強く膨らませないでください。
- 合計4秒間の途中で、耳抜きができた時の音がしても途中で止めないでください。その音は、耳が抜けた時の音で、完全に耳が抜けた音ではありません。
- 唾のみによる耳抜き練習ではありませんので、耳が抜けてなくても途中で唾を飲まないでください。
- バルーン1個で20回練習ができます。それ以上は効果が落ちますので、新しいものに交換してください。バルーンは耳への害がないよう計算されており、市販の風船は用いないでください。
- 風邪をひいて、鼻水が多い時には使用しないでください。
- バルーンに天然ゴムを使用しております。天然ゴムに敏感な方は使用しないで下さい。