

Πώς θα αντιμετωπίσετε τις καλοκαιρινές ωτίτιδες

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Ποιες είναι οι πιο συχνές αιτίες εμφάνισης - Ποια τα συμπτώματα - Τι λένε οι ειδικοί

Κατά τους θερινούς μήνες, την εποχή δηλαδή που γίνονται και τα καλοκαιρινά μπάνια στις παραλιακές περιοχές και τα νησιά, εμφανίζονται τα περισσότερα κρούσματα εξωτερικής ωτίτιδας ή αλλιώς «αυτί του κολυμβητή». Πρόκειται για μια οξεία φλεγμονή που εμφανίζεται στο δέρμα που καλύπτει τον έξω ακουστικό πόρο του αυτιού, την περιοχή δηλαδή από το πτερύγιο εσωτερικά μέχρι το τύμπανο, και ευνοείται από την έκθεση στο νερό και από τον συνδυασμό υψηλής θερμοκρασίας-υγρασίας .

Σύμφωνα με τον Καθηγητή Ωτορινολαρυγγολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών κ. Ελευθέριο Φερεκύδη, η υπερβολική χρήση της μπατονέτας για τον καθαρισμό του αυτιού αποτελεί ένα σύνηθες αίτιο δημιουργίας φλεγμονής, καθότι μπορεί να δημιουργήσει ρωγμές στο δέρμα του πόρου, οι οποίες μπορεί να μολυνθούν. Ακόμη η μπατονέτα εμποδίζει τη δράση του φυσιολογικού μηχανισμού καθαρισμού του αυτιού να αποβάλει την κυψελίδα και τα φυσικά απορρίμματα του αυτιού (νεκρά κύτταρα, κ.α.), καθώς τα σπρώχνει προς το εσωτερικό του, αναφέρει το Πρώτο Θέμα.

Ενδιαφέρον είναι επίσης ότι η είσοδος διαφόρων τοξικών ουσιών (βαφές μαλλιών, λακ) στον έξω ακουστικό πόρο είναι δυνατόν να τον ερεθίσουν και να προκαλέσουν εξωτερική ωτίτιδα.

Όποια και αν είναι η αιτία, τα χαρακτηριστικά συμπτώματα της εξωτερικής

ωτίτιδας είναι συνήθως:

- Φαγούρα (κνησμός) και αίσθημα καύσου στον έξω ακουστικό πόρο.
- Πόνος σε κάθε άγγιγμα, τράβηγμα ή πίεση στο πτερύγιο του αυτιού, που μπορεί να επιδεινώνεται με τις κινήσεις της κάτω γνάθου
- Οίδημα και ερυθρότητα στο δέρμα του πόρου
- Αίσθημα πληρότητας (μπούκωμα) στο αυτί
- Βαρηκοΐα και εμβοές (βούισμα) λόγω της απόφραξης του ακουστικού πόρου
- Λευκές, δυσώδεις εκκρίσεις μαζί με λίγες σταγόνες πύου στην είσοδο του ακουστικού πόρου.

Η πρόγνωση της πάθησης γενικά είναι καλή καθώς με την κατάλληλη αγωγή υποχωρεί μέσα σε λίγες μέρες. «Σημαντικό είναι να μην καθυστερήσει η έναρξη θεραπείας», επισημαίνει ο κ. Ε. Φερεκίδης

Η θεραπεία συνήθως περιορίζεται στην τοπική ενστάλαξη ωτικών αντιμυκητασιακών και αντιμυκητασιακών σταγόνων. Σε κάποιες περιπτώσεις, ίσως συγχρόνως, χρειασθεί η χορήγηση αντιβιοτικής θεραπείας. Βασική προϋπόθεση κατά τη διάρκεια της θεραπείας είναι η αποφυγή της επαφής με το νερό (ακόμη και στο λούσιμο), ώστε να διατηρείται στεγνός ο έξω ακουστικός πόρος.

Τι πρέπει να κάνουμε για να μην πάθουμε εξωτερική ωτίτιδα:

- Αποφεύγουμε τα μπάνια σε μολυσμένα νερά και σε πισίνες χωρίς καλή χλωρίωση, καθώς και την πολύωρη βύθιση της κεφαλής μέσα στο νερό.
- Στεγνώνουμε καλά αυτιά μετά το κολύμπι. Γέρνουμε το κεφάλι μας προς τα δεξιά, και αριστερά και σκουπίζουμε με την άκρη της πετσέτας. Χρήσιμη είναι η ενστάλαξη 1-2 σταγόνων καθαρού οινοπνεύματος.
- Ακόμη χρησιμοποιούμε το πιστολάκι μαλλιών στη χαμηλότερη κλίμακα για να στεγνώσουν καλά τα αυτιά.
- Αποφεύγουμε το ξύσιμο ή “σκάλισμα” του αυτιού με το δάχτυλο ή με άλλα αιχμηρά αντικείμενα που μπορεί να δημιουργήσουν μικροτραυματισμούς στον πόρο και δεν χρησιμοποιούμε μπατονέτες όπως έχει ήδη αναφερθεί.

Σε περίπτωση που είναι γνωστό ότι μαζεύεται πολύ κερύδαλη δηλαδή κυψελίδα στο αυτί, καλό θα είναι πριν τις διακοπές να γίνει ειδικός καθαρισμός από ωτορινολαρυγγολόγο.

Πηγή: thrakitoday.com