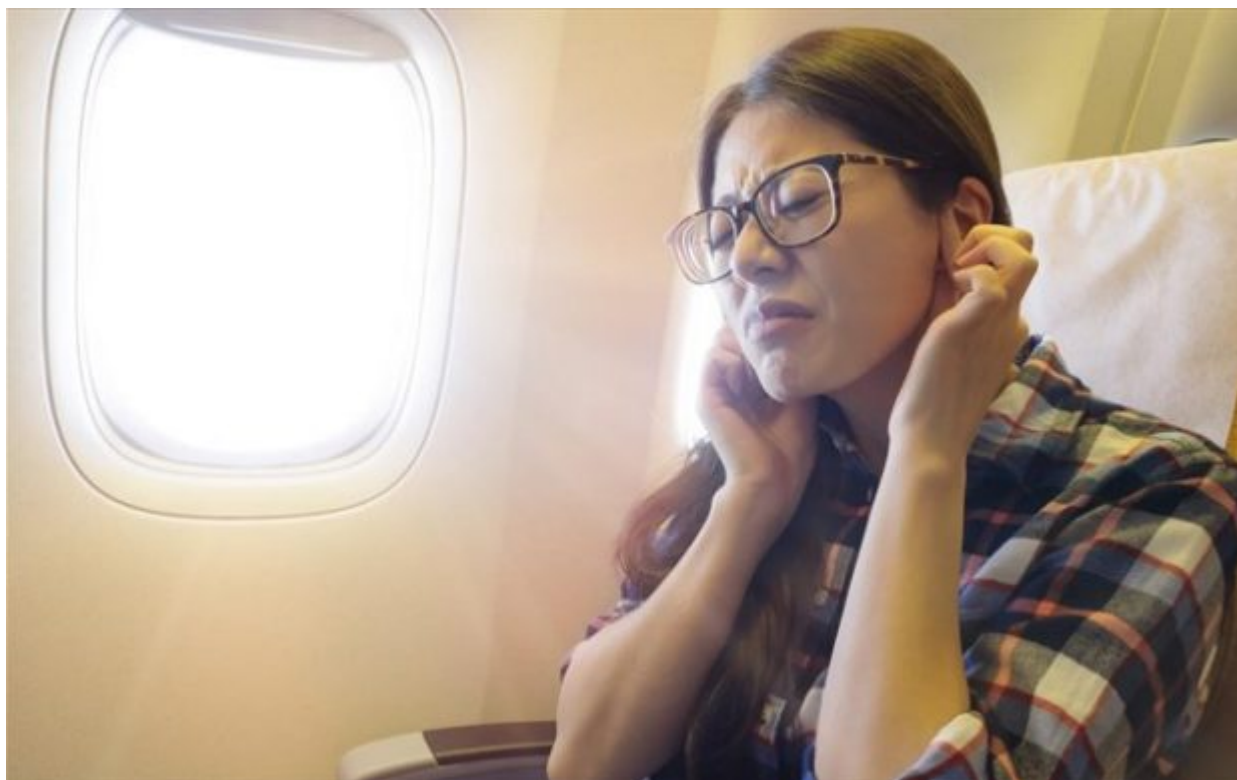


1 Αυγούστου 2018

Γιατί βουτιές και πτήσεις βουλώνουν τα αυτιά μας;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





Της Ανθής Αγγελοπούλου

Το καλοκαίρι σημαίνει παραλίες, βουτιές σε θάλασσες και πισίνες, ταξίδια με αεροπλάνο ή άλλα μέσα, ανεμελιά αλλά και ατυχήματα. Εκτός από τα ηλιακά εγκαύματα, το πιο συνηθισμένο πρόβλημα είναι ότι «βουλώνουν» τα αυτιά μας από τις βουτιές ή ο πόνος που νιώθουμε όταν «πετάμε».

Η Χειρουργός Ωτορινολαρυγγολόγος Κεφαλής και Τραχήλου -ΠαιδοΩΡΛ κα Ανατολή Παταρίδου, μας εξηγεί γιατί συμβαίνει αυτό και πως ακριβώς πρέπει να το αντιμετωπίσουμε για να μη χαλάσουμε τις διακοπές μας.

Γιατί βουλώνουν τα αυτιά μας στο νερό;

Όπως λέει η γιατρός, πάρα πολλοί άνθρωποι επειδή έχουν λιπαρό δέρμα παράγουν πολύ κερί και το αυτί τους γεμίζει ασφυκτικά. Αυτό το κερί πρέπει να καθαριστεί από τον ωτορινολαρυγγολόγο και η πιο ιδανική περίοδος είναι το Μάιο πριν ξεκινήσουμε τα μπάνια στη θάλασσα, γιατί όταν ξεκινήσουμε βουτιές και τα παιχνίδια με το νερό τότε, αυτό το κερί παθαίνει ότι και η σταφίδα στο νερό, φουσκώνει πιέζει και ενοχλεί. Έτσι, αρχίζει η φαγούρα, ο πόνος, το βουητό και για κάποιους μια ήπια ζαλάδα, ενώ σε πολλές περιπτώσεις βουλώνουν τα αυτιά. Τι κάνει κανείς όταν απελπίζεται; Αρχίζει και πειράζει το αυτί του με το δάχτυλο με τις μπατονέτες και με διάφορα άλλα αιχμηρά αντικείμενα. Έτσι λοιπόν

εμφανίζονται οι εξωτερικές ωτίτιδες οι οποίες ζουν και βασιλεύουν το καλοκαίρι λόγω της αυξημένης υγρασίας, από συχνή επαφή με το νερό, περισσότερα λουσίματα, περισσότερο ιδρώτα, χρήση πισίνας κ.λπ. Το αποτέλεσμα είναι να βουλώνει το αυτί και πάνω στην απελπισία του ο ασθενής, κάνει τελικά τις χειρότερες δυνατές κινήσεις για να ξεβουλώσει τα αυτιά του.

Ποια είναι η πιο ιδανική λύση;

Σύμφωνα με την κα Παταρίδου, πριν μπλέξουμε με διάφορες σταγόνες και φάρμακα, που πολλές φορές αλλάζουν την εικόνα και δυσκολεύουν την διάγνωση, καλό θα είναι να κάνουμε ένα σωστό και ολοκληρωμένο ωτορινολαρυγγολογικό έλεγχο.

Ο καθαρισμός γίνεται με διάφορους τρόπους, γι' αυτό και μερικοί ασθενείς μπερδεύονται και ρωτάνε «γιατί μου το καθαρίζετε με αναρρόφηση και όχι με νερό;».

Επίσης, αυτό που πρέπει να γνωρίζουν καλά, είναι ότι κάθε περίπτωση ασθενούς είναι εξατομικευμένη, είτε μιλάμε για ένα καθαρισμό αυτιού, είτε μιλάμε για ένα χειρουργείο, είτε για οποιοδήποτε ιατρικό πρόβλημα.

Κάποιοι ασθενείς διαμαρτύρονται, καθώς ο καθαρισμός των αυτιών δεν έχει γίνει συνείδηση στο ευρύ κοινό, που επισκέπτεται τον ωτορινολαρυγγολόγο μόνο όταν έχει φτάσει πλέον η κατάστασή στο μη περαιτέρω.

Όμως, είναι καιρός, όπως λέει η κα Παταρίδου, να εκπαιδευτούν οι ασθενείς έτσι ώστε να αποδεχθούν ότι ένας καθαρισμός στα αυτιά είναι πρόληψη που θα τον γλιτώσει από ταλαιπωρίες και προβλήματα πιο σοβαρά αν δεν το κάνει.

Τι νόημα έχει να συγκρίνουμε τον εαυτό μας με άλλους;

Ο καθένας, όπως λέει η γιατρός, είναι μια μοναδική περίπτωση και πρέπει να αποδεχτούμε με ωριμότητα και ευχαρίστηση αυτή την διαφορετικότητα. Καλό θα είναι η πρόληψη και η συνέπεια στα θέματα υγείας να γίνουν κομμάτι της καθημερινότητας μας γιατί θα μας προσφέρουν μια καλύτερη ποιότητα ζωής.

Γιατί πονάνε τα αυτιά μας όταν ταξιδεύουμε με αεροπλάνο;

Το δεύτερο θέμα που απασχολεί πολύ συχνά τους ταξιδιώτες με αεροπλάνο είναι ότι τα αυτιά τους πονάνε αρκετά ή βουλώνουν κατά τη διάρκεια της πτήσης ή κυρίως κατά την προσγείωση.

Αυτό είναι πάρα πολύ συχνό σε ανθρώπους που έχουν προβλήματα όπως είναι η

αλλεργική ρινίτιδα, ένα στραβό διάφραγμα στη μύτη, ιγμορίτιδες, πολύποδες, προβλήματα με την κροταφογοναθική άρθρωση κ.λπ..

Μέτρα προφύλαξης πριν το ταξίδι:

Λίγες ημέρες πριν το ταξίδι μας καλό θα είναι να συμβουλευτούμε το γιατρό μας και να λάβουμε τα απαραίτητα αντισταμινικά και τοπικά ρινικά σπρέι και οπωσδήποτε 1ώρα πριν από την πτήση να βάζουμε αγγειοσυσπαστικά σπρέι στη μύτη ή τις αντίστοιχες σταγόνες όταν πρόκειται για παιδιά. Αυτό βοηθάει την ευσταχιανή σάλπιγγα να έχει καλύτερη λειτουργία στη διάρκεια του ταξιδιού.

Επίσης, βοηθητική είναι η τσίχλα, γι' αυτό μασάμε περιστασιακά στη διάρκεια ταξιδιού ή να πίνουμε ροφήματα μικρές γουλιές σταδιακά μέσα στο αεροπλάνο.

Αν τώρα παρά την εφαρμογή αυτών των μέτρων 1 ώρα πριν προσγειωθεί το αεροπλάνο ή μισή ώρα πριν, αισθανόμαστε πάλι ενοχλήσεις μπορούμε να επαναλάβουμε τους ψεκασμούς. Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε, ότι αν έχουμε κάποιο κρυολόγημα που αφορά το ανώτερο αναπνευστικό, πρέπει να επισκεφθούμε έγκαιρα το γιατρό έτσι ώστε να λάβουμε έγκριση για το αν μπορούμε να ταξιδέψουμε. Ο λόγος είναι, ότι σε κάποιες περιπτώσεις απαγορεύεται το ταξίδι με αεροπλάνο για να αποφευχθούν επιπλοκές όπως μια διάτρηση στο τύμπανο ή μια ιγμορίτιδα. Όσον αφορά τα μικρά παιδιά, όταν αυτά έχουν ιστορικό με συχνά επεισόδια οξείας μέσης ωτίτιδας ή παρουσία υγρού στο αυτί, καλό είναι να ζητήσουμε οδηγίες από το γιατρό και να εφαρμόσουμε όποια μέτρα προφύλαξης μας δώσει πριν ή κατά τη διάρκεια του ταξιδιού.

Σε κάθε περίπτωση η έγκαιρη επικοινωνία με το γιατρό που μας παρακολουθεί θα μας βγάλει από πολλούς μπελάδες και θα εξασφαλίσει ένα απολαυστικό ταξίδι χωρίς δυσάρεστες εκπλήξεις.

Πηγή: naftemporiki.gr