

НАРУЖНЫЙ ОТИТ

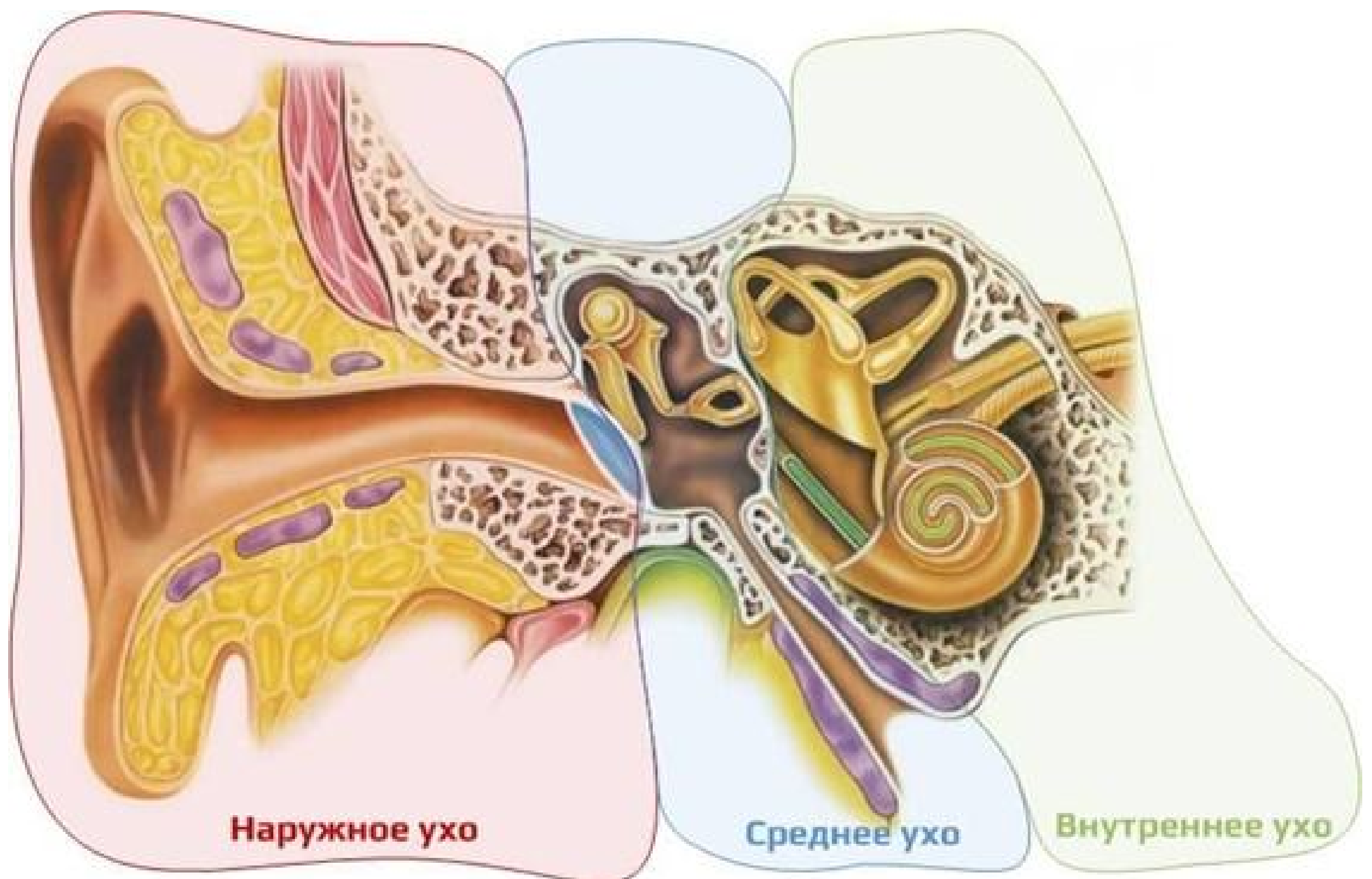


Автор: Гулакова Анна
ЛОР
communityclinic.ru
Community clinic, СПб

ЧТО ТАКОЕ НАРУЖНЫЙ ОТИТ?

Инфекция наружного уха (наружный отит)

— это воспаление, при котором поражаются ткани наружного слухового прохода или ушной раковины, а иногда и барабанной перепонки.



Нормальная анатомия уха





ЧТО ВЫЗЫВАЕТ НАРУЖНЫЙ ОТИТ?

Наружный отит развивается, когда кожа в наружном слуховом проходе раздражается или повреждается, после чего присоединяется инфекция.

Это может произойти в следующих случаях:

- Вы чистите уши пальцами, ватными палочками или другими предметами.

При наружном отите, воспаление происходит в наружном слуховом проходе



- Вы очищаете уши «до скрипа», удаляя всю ушную серу. Помните, что сера — это естественная защита уха.
- Вы регулярно плаваете — из-за постоянного контакта с водой ушная сера вымывается, кожа в наружном слуховом проходе пересыхает и становится уязвимой для травм и инфекций.
- Вы носите слуховой аппарат или постоянно используете наушники и беруши, которые могут повредить кожу наружного слухового прохода.

КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ НАРУЖНЫЙ ОТИТ?

Наиболее частые симптомы:

- Очень резкая боль, которая усиливается при жевании, при надавливании или оттягивании ушной раковины, при разговоре, а также при нажатии на козелок.
- Зуд в ухе.
- Выделения из уха.
- Снижение слуха.
- Иногда может быть отек тканей около уха и за ухом



Существует ли домашний тест для определения наружного отита?

К сожалению, самостоятельно подтвердить наружный отит невозможно.

При подозрении на наружный отит необходимо обратиться к врачу, который установит диагноз после осмотра. Если это состояние сопровождается сильной болью, вы можете принять любое обезболивающее, например, ибупрофен или парацетамол.

Не закапывайте какие-либо капли в уши до визита к ЛОР-врачу!

КАК ЛЕЧИТСЯ НАРУЖНЫЙ ОТИТ?

Лечение может включать:

- Капли в уши
- Обезболивающие препараты.

Как правильно капать капли в ухо?

1. Подогрейте флакон с каплями до температуры тела, просто подержав его в руке. Не используйте микроволновую печь или горячую воду для подогрева.
2. Лягте на бок или наклоните голову так, чтобы закапываемое ухо оказалось сверху.
3. Свободной рукой оттяните ушную раковину вверх и назад (у детей до 3 лет — вниз и назад).
4. Другой рукой закапайте необходимое количество капель.
5. Слегка помассируйте мочку уха или надавите несколько раз на козелок.
6. Оставайтесь в таком положении головы несколько минут.
7. Даже если вам стало лучше, не прекращайте лечение раньше, чем рекомендовал врач.

Что еще сделать во время лечения?

- Важно сохранять внутреннюю часть уха сухой в течение острого периода: избегайте плавания в течение 7-10 дней с начала лечения.
- Принимать душ можно. Чтобы защитить ухо от попадания воды во время душа, нанесите немного вазелина на кусочек ваты и аккуратно поместите его в ухо, закрыв отверстие ушного прохода. Не проталкивайте ватный тампон глубоко в ушной канал, чтобы не усугубить ситуацию.
- На время лечения лучше избегать ношения слуховых аппаратов или наушников в больном ухе.

Нужен ли повторный осмотр врача?

Стоит повторно обратиться к своему врачу раньше назначенной даты, если:

- Ваши симптомы становятся хуже
- Ваши симптомы не улучшаются через 2 дня после начала лечения

Можно ли предотвратить инфекцию наружного уха?

Да, вы можете снизить риск развития инфекции наружного уха, следуя этим рекомендациям:

- Не вставляйте в уши посторонние предметы (зубочистки, шпильки и т. д.).
- Не очищайте внутреннюю часть ушей — обычно это не требуется. Наличие ушной серы в слуховом проходе является нормальным: она защищает слуховой проход. Если у вас возникает беспокойство по поводу избыточного количества серы, обратитесь к врачу.
- После душа протирайте наружную часть уха уголком полотенца или ватным диском.

Следуйте этим советам, если вы много плаваете:

- Высушите уши феном или аккуратно встряхните их после купания.
- Используйте ушные капли, которые помогают предотвратить инфекции после купания.
- Носите беруши, чтобы предотвратить попадание воды в уши. Держите беруши в чистоте и заменяйте их, если они загрязнились или начали разрушаться.