

گوش شناگر (اوتیت خارجی)

گوش شناگر (که به آن اوتیت خارجی حاد نیز گفته می‌شود) یک بیماری دردناک است که گوش خارجی و مجرای گوش را تحت تأثیر قرار می‌دهد و ناشی از عفونت، التهاب یا تحریک است. این علائم اغلب پس از به دام افتادن آب در مجرای گوش شما ایجاد می‌شود، به‌ویژه اگر آب حاوی باکتری یا قارچ باشد. از آنجا که این بیماری معمولاً شناگران را تحت تأثیر قرار می‌دهد، به عنوان "گوش شناگر" شناخته می‌شود.

گوش شناگر بیشتر کودکان و نوجوانان را درگیر می‌کند، همچنین آزمای پوستی (بیماری که باعث خارش پوست می‌شود)، پوست بسیار حساس یا واکنش‌های آلرژیک، موم گوش بیش از حد و استفاده از سمعک یا هدفون افراد را می‌تواند مستعد این بیماری کند. پزشک یا متخصص گوش، حلق و بینی (ENT) برای کاهش درد و درمان عفونت شما دارو تجویز خواهد کرد.

علائم گوش شناگر چیست؟

علائم و نشانه‌های گوش شناگر ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- خارش داخل گوش (شایع)
- درد داخل گوش که با کشیدن لاله گوش بدتر می‌شود (شایع)
- احساس انسداد یا پر بودن گوش
- ترشح از گوش
- تب
- کاهش شنوایی
- درد شدید که ممکن است به گردن، صورت یا کنار سر گسترش یابد
- تورم غدد لنفاوی اطراف گوش یا در قسمت بالای گردن
- قرمزی یا تورم پوست اطراف گوش

اگر این بیماری درمان نشود، ممکن است مقداری کاهش شنوایی رخ دهد. هنگامی که عفونت برطرف شود، شنوایی معمولاً به حالت عادی بازمی‌گردد. عفونت‌های مکرر گوش (اوتیت خارجی مزمن) نیز ممکن است رخ دهد. بدون درمان، عفونت‌ها می‌توانند ادامه یابند یا عود کنند.

گوش شناگر (اوتیت خارجی)

نفوذ عفونت و آسیب به استخوان (اوتیت خارجی بدخیم) نیز به دلیل گوش شناگر درمان نشده ممکن است رخ دهد. اگر عفونت گوش درمان نشود، می‌تواند به قاعده‌ی جمجمه، مغز یا اعصاب جمجمه‌ای گسترش یابد. افراد دیابتی، سالمندان و کسانی که نقص ایمنی دارند در معرض خطر بیشتری برای چنین عوارض خطرناکی هستند.

برای ارزیابی گوش شناگر، پزشک به دنبال قرمزی و تورم در مجرای گوش خواهد بود و از شما درباره وجود هرگونه درد سؤال خواهد کرد. همچنین ممکن است پزشک نمونه‌ای از مایع یا ترشح غیرعادی در گوش شما (کشت گوش) بگیرد تا وجود باکتری یا قارچ را در صورت عفونت‌های مکرر یا شدید آزمایش کند.

چه چیزی باعث گوش شناگر می‌شود؟

منبع شایع عفونت، افزایش رطوبت به دام افتاده در کانال گوش از حمام، دوش، شنا یا محیط‌های مرطوب است. هنگامی که آب در کانال گوش گیر می‌افتد، باکتری‌هایی که به‌طور معمول در پوست و کانال گوش وجود دارند تکثیر می‌شوند و باعث عفونت کانال گوش می‌شوند. گوش شناگر باید درمان شود تا درد کاهش یابد و هرگونه تأثیر آن بر شنوایی شما از بین برود و همچنین از گسترش عفونت جلوگیری شود. عوامل دیگری که ممکن است به گوش شناگر کمک کنند عبارتند از:

- تماس با باکتری‌های بیش از حد که ممکن است در وان‌های آب گرم یا آب آلوده وجود داشته باشد.
- تمیز کردن بیش از حد کانال گوش با گوش پاک‌کن یا هر چیز دیگری که ممکن است باعث خراش در پوست کانال گوش شود و به باکتری‌ها اجازه ورود دهد.
- تماس با مواد شیمیایی خاص مانند اسپری مو یا رنگ مو (با قرار دادن پنبه در گوش‌ها هنگام استفاده از این محصولات از این امر جلوگیری کنید).
- سایر بیماری‌های پوستی که کانال گوش را تحت تأثیر قرار می‌دهند، مانند اگزما یا درماتیت سبوریه
- استفاده از سمعک‌های نامناسب، هدفون‌ها، هدست‌ها یا سایر دستگاه‌های آلوده در گوش

گزینه‌های درمانی چیست؟

درمان در مراحل اولیه گوش شناگر شامل تمیز کردن دقیق کانال گوش و استفاده از قطره‌های گوش است که رشد باکتری یا قارچ را مهار کرده و التهاب را کاهش می‌دهد. محلول‌های اسیدی ملایم حاوی اسید بوریک یا اسید استیک اغلب برای عفونت‌های اولیه مؤثر هستند.

گوش شناگر (اوتیت خارجی)

قبل از استفاده از هرگونه قطره در گوش، مهم است که مطمئن شوید پرده گوش شما سوراخ نشده است. اگر قبلاً پرده گوش شما سوراخ شده یا جراحی گوش انجام داده‌اید، با متخصص گوش، حلق و بینی خود مشورت کنید.

قطره‌ها اگر توسط شخص دیگری غیر از بیمار ریخته شوند، راحت‌تر استفاده می‌شوند و بیمار باید به‌گونه‌ای دراز بکشد که گوش مبتلا رو به بالا باشد. قطره‌های تجویزی باید طبق دستور روی برچسب در گوش ریخته شوند. پس از استفاده از قطره‌ها، بیمار باید چند دقیقه دراز بکشد تا قطره‌ها فرصت اثرگذاری داشته باشند.

برای عفونت‌های شدیدتر، پزشک ممکن است آنتی‌بیوتیک‌هایی را تجویز کند که مستقیماً در گوش استفاده شوند. اگر کانال گوش به دلیل تورم بسته شده باشد، پزشک ممکن است اسفنج یا فیتیل‌ای در کانال قرار دهد تا قطره‌های آنتی‌بیوتیک به‌طور مؤثرتری وارد کانال متورم شوند. داروهای ضد درد نیز ممکن است تجویز شوند. اگر لوله‌ی تهویه (VT) در پرده گوش شما وجود دارد، باید از درمان موضعی غیر اوتوتوکسیک (که به شنوایی آسیب نمی‌رساند) استفاده شود. آنتی‌بیوتیک‌های موضعی برای عفونت محدود به کانال گوش مؤثر هستند. اگر عفونت فراتر از پوست کانال گوش گسترش یابد، ممکن است آنتی‌بیوتیک‌های خوراکی نیز تجویز شوند.

جلسات پیگیری بسیار مهم هستند تا وضعیت شما بررسی شود، گوش دوباره تمیز شود و فیتیل گوش در صورت نیاز تعویض یا خارج شود. متخصص گوش، حلق و بینی شما تجهیزات و تخصص خاصی برای تمیز کردن مؤثر کانال گوش و درمان گوش شناگر دارد. با درمان مناسب، اکثر عفونت‌ها باید در هفت تا ده روز برطرف شوند.

چگونه می‌توان از گوش شناگر پیشگیری کرد؟

گوش خشک به احتمال زیاد عفونی نمی‌شود، بنابراین مهم است که گوش‌ها را هنگام شنا یا حمام کردن از رطوبت دور نگه دارید. نکات پیشگیری شامل موارد زیر است:

- هنگام شنا از گوش‌گیر استفاده کنید.
- از حوله خشک یا سشوار (از فاصله دور) برای خشک کردن گوش‌ها استفاده کنید.
- اگر گوش‌های شما خارش‌دار، پوسته‌پوسته یا دارای موم زیاد است، به‌طور دوره‌ای گوش‌های خود را توسط متخصص گوش، حلق و بینی تمیز کنید.

گوش شناگر (اوتیت خارجی)

- از گوش پاک‌کن برای خارج کردن موم گوش استفاده نکنید. ممکن است با این کار موم در عمق کانال گوش فشرده شود، لایه موم گوش که از گوش شما محافظت می‌کند حذف شود و پوست نازک کانال گوش تحریک شود. این شرایط محیطی ایده‌آل برای عفونت ایجاد می‌کند.

چه سؤالاتی باید از پزشک خود بپرسم؟

- برای کنترل درد در خانه برای من یا فرزندم چه چیزی می‌توانم استفاده کنم؟
- آیا فرزندم می‌تواند در حالی که گوش شناگر دارد شنا کند؟
- فرزندم موم گوش اضافی دارد. آیا می‌توانم از گوش پاک‌کن برای کمک به حذف آن استفاده کنم؟