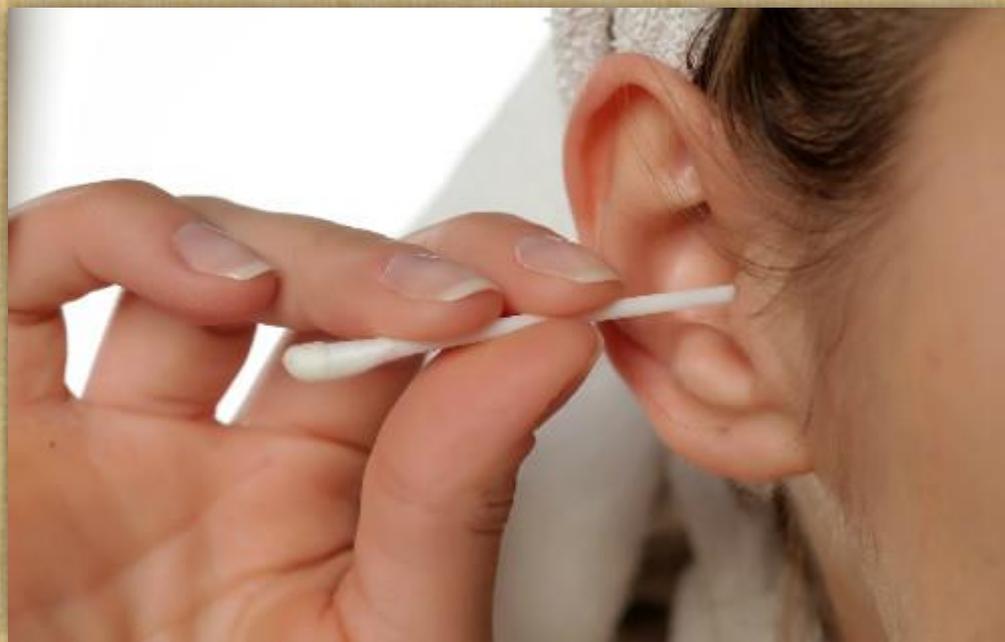


Как правильно чистить уши?

*Выполнила: Курушина О.Н.,
учитель индивидуальной работы,
ОГКОУ «Ивановская коррекционная школа-интернат №1»*

- Бытует мнение, что чем чаще и глубже чистить уши, тем лучше. Оказывается, это вовсе не так.

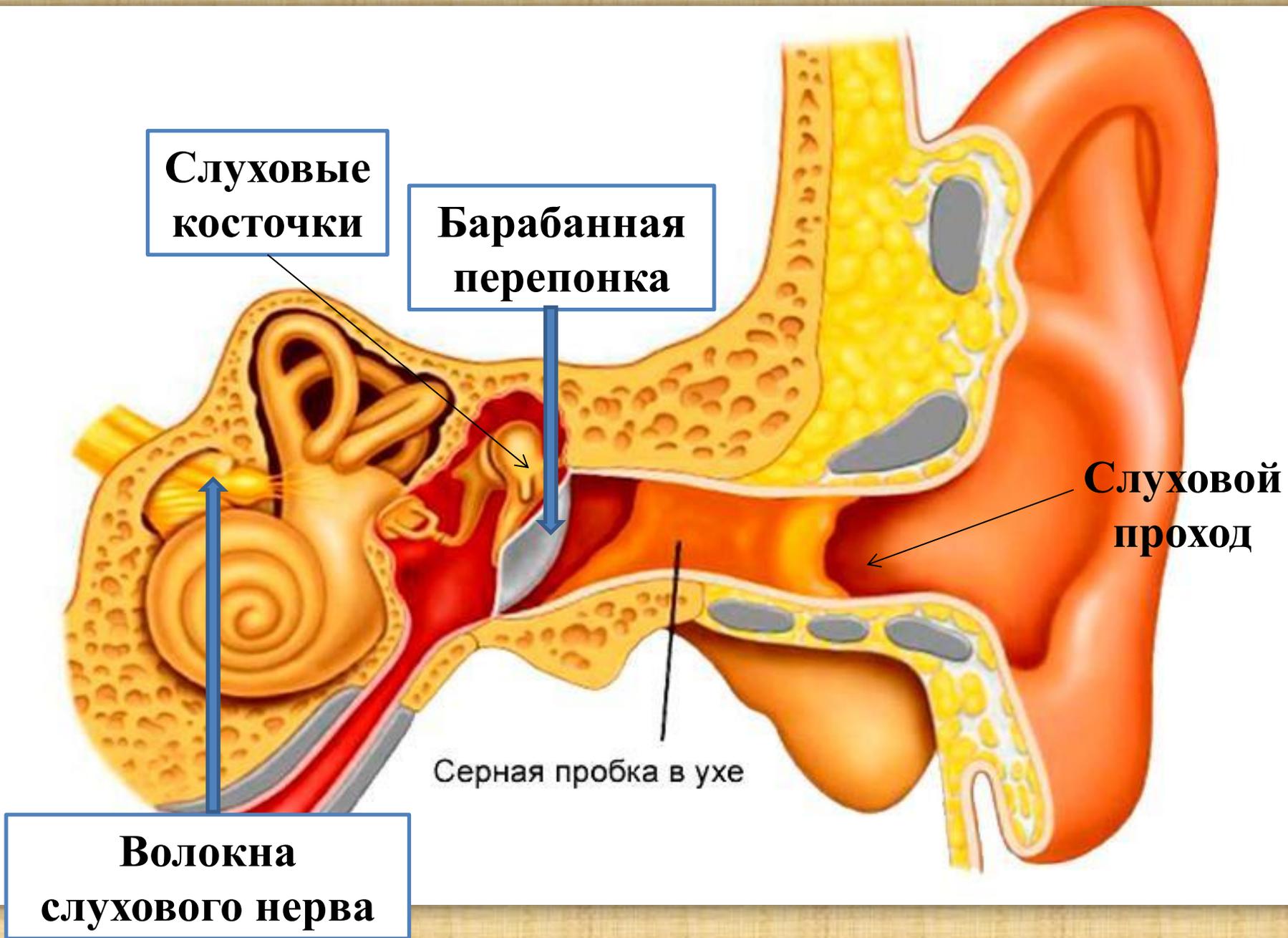


- 1. Здоровые уши прекрасно очищаются и без нашей помощи.
- Процесс самоочищения слуховых проходов осуществляется во время естественных действий: когда мы жуём, разговариваем или кашляем.
- Этому способствуют движения височно-нижнечелюстного сустава, который располагается рядом с передней стенкой наружного слухового прохода.
- Ушную раковину нужно очищать с внешней стороны, но стараться проникнуть в слуховой проход вовсе не нужно.

- 2. Наружный слуховой проход состоит из двух отделов:
 - *перепончато-хрящевого*, расположенного ближе к выходу, и
 - *костного*, расположенного глубже, ближе к барабанной перепонке.
- Кожа перепончато-хрящевого отдела самоочищается за счёт многочисленных сальных и серных желёз, а также волос.
- Кожа наружного слухового прохода самоочищается также за счёт роста поверхностных клеток кожи.

- 3. Сера вырабатывается только в перепончато-хрящевом отделе.
- Она защищает кожу слухового прохода от повреждений и воспаления.
- То есть, сера – это не грязь, поэтому не надо её старательно вычищать.

- 4. Место перехода одного отдела в другой (перешеек) узкое, поэтому при самостоятельной чистке уха происходит проталкивание серных масс за перешеек, к барабанной перепонке, и образуются серные пробки.



Что такое серные пробки?

- *Серные пробки* — это скопление секрета серных желёз вместе с отмершими клетками кожи, пылью.
- Симптомы серной пробки особенно ярко проявляются, когда в ухо попадает вода, или при чрезмерном потоотделении.
- Скорее всего, серная пробка есть, если без видимых на то причин:
 - уши закладывает,
 - ощущается резонанс собственного голоса,
 - шумит в ухе.

Причины появления серных пробок

- Сера спрессовывается, и образуются пробки из-за регулярного «очищения» ушей ватными палочками, спичками, шпильками.
- Предрасположенность от природы к повышенному образованию серы.
- Узкий и извилистый слуховой проход.
- Воспаление кожи прохода, инородные тела, частицы пыли, попадающие в слуховой проход.
- Нарушение обмена веществ (повышенное содержание холестерина в крови).

- Если скопление серы давит на барабанную перепонку, у пациента могут наблюдаться боли в ухе, головные боли, головокружения. Может появиться кашель и тошнота.
- Важно понимать опасность такого состояния: постоянное давление на барабанную перепонку может спровоцировать её воспаление или привести к среднему или наружному отиту. Поэтому нужно как можно быстрее избавиться от серной пробки в ухе.



- Безопасно и правильно пробивать серные скопления в слуховом проходе можно лишь под контролем врача. К сожалению, многие пациенты практикуют самостоятельное лечение и пытаются решить проблему в домашних условиях.



ВАЖНО!

- Чистить самостоятельно уши внутри опасно: можно повредить слуховой проход, барабанную перепонку.
- Это в тяжёлых случаях приводит к повреждению цепи слуховых косточек, а это грозит снижением слуха и мучительными приступами головокружения.
- При чистке ушей серные железы раздражаются, серы может образовываться больше или меньше, чем нужно. Или железы вообще перестанут работать.
- Приятного в любом случае мало. При повышенном образовании серы появляются пробки. При её отсутствии мучают зуд и ощущение сухости в слуховых проходах

Почему шумит и звенит в ухе?

Жалоба	Возможные причины
 <p data-bbox="330 586 707 619">Шумит-звенит в ушах</p>	<ul data-bbox="736 322 1632 625" style="list-style-type: none">• Воспаление уха,• Серная пробка,• Иностранное тело в слуховом проходе,• Повреждение (неврит) слухового нерва,• Возрастные изменения <p data-bbox="736 648 1818 758">Шум в ушах – симптом не только ЛОР-заболеваний, но и многих других:</p> <ul data-bbox="736 781 1779 1019" style="list-style-type: none">• Последствия черепно-мозговой травмы,• Атеросклероз сосудов головного мозга,• Остеохондроз шейного отдела позвоночника,• Сосудистые нарушения в головном мозге и т.д.
 <p data-bbox="311 1090 707 1176">Ощущение, что в ухе булькает вода</p>	<ul data-bbox="736 1043 1818 1282" style="list-style-type: none">• Экссудативный отит – жидкость в барабанной полости, что может быть следствием ЛОР-воспалений, травмы, а также, если вода осталась в ушном проходе после купания – «ухо пловца»

Почему шумит и звенит в ухе?

Жалоба	Возможные причины
<p data-bbox="266 496 571 529">Уши закладывает</p>	<ul data-bbox="755 354 1644 654" style="list-style-type: none">• Острый средний отит (воспаление уха),• Повреждение слухового нерва,• Травма уха,• Иностранное тело в слуховом проходе,• Разросшиеся аденоиды в носоглотке
 <p data-bbox="324 962 513 995">Зуд внутри</p>	<ul data-bbox="755 721 1821 1153" style="list-style-type: none">• Наружный отит,• Экзема слухового прохода после частой чистки ушей,• Воспаление слухового прохода, вызванное грибками,• Отсутствие серы,• Аллергия

- Презентация создана по материалам врача-оториноларинголога О. Затынайченко.