

# Pielęgnacja uszu dzieci i niemowląt

## Woskowina

Problem pielęgnacji uszu budzi od dawna liczne kontrowersje. Uwaga ta dotyczy zwłaszcza postępowania z gromadzącą się w przewodach słuchowych zewnętrznych woskowiną. Często spotyka się sprzeczne zalecenia (niekiedy nawet szkodliwe) dotyczące tego zagadnienia. Jaki jest wygląd woskowiny to powszechnie wiadomo i zwykle jej obecność w uchu kojarzona jest z problemami zdrowotnymi lub estetycznymi. Rzadziej posiadamy informacje na temat **znaczenia woskowiny**.

Gruczoły wydzielające woskowinę znajdują się w tzw. przewodzie słuchowym zewnętrznym. Jest to kanał chrzęstno-kostny pokryty delikatną skórą. Tą drogą ujmując to w najprostszy sposób dźwięki biegną ze środowiska zewnętrznego do błony bębenkowej. Woskowinę wytwarzają gruczoły znajdujące w zewnętrznej części opisanego przewodu. Woskowina pełni rolę ochronną zatrzymując drobne ciała obce oraz posiadając właściwości hamujące wzrost grzybów i bakterii. Ponadto woskowina natłuszcza nieco bardzo wrażliwą skórę przewodu słuchowego zewnętrznego czyniąc go mniej podatnym na urazy i podrażnienia, zapobiega też przedostawaniu się wody w głąb przewodu.

Ilość wytwarzanej woskowiny oraz skłonność do jej zalegania w przewodzie słuchowym zewnętrznym zależy od wielu czynników, takich jak:

- temperatura ciała oraz temperatura otoczenia,
- czynniki zewnętrzne związane z zapyleniem i zanieczyszczeniem powietrza,
- mechaniczne drażnienie skóry przewodu przez źle pojmowane zabiegi higieniczne (osławione pałeczki do higieny uszu zalecane zwłaszcza, o zgrozo, u niemowląt i dzieci),
- słuchawki,
- wkładki aparatów słuchowych,
- stopery w tym też tzw. "zatyczki" dla pływaków itp.

Zaleganiu wydzieliny gruczołów woskowinowych sprzyja nie tylko jej ilość, ale również ukształtowanie przewodu słuchowego zewnętrznego i jego szerokości oraz sprawność mechanizmu samooczyszczania przewodu słuchowego zewnętrznego (przesuwanie woskowiny na zewnątrz głównie dzięki wpływowi ruchów żuchwy na wspomniany przewód).

## Korki woskowinowe

Zaleganie woskowiny prowadzi do wielu negatywnych następstw. Najbardziej znanym następstwem jest blokada przepływu dźwięków do błony bębenkowej z niedosłuchem o różnym nasileniu. Często wtedy obserwowane jest uczucie pełności i zatkania ucha, a niekiedy również zawroty głowy (z powodu wtórnego - do ucisku woskowiny na błonę bębenkową i łańcuch kosteczek słuchowych - wzrostu ciśnienia w uchu wewnętrznym z podrażnieniem receptorów błędniaka).

Długotrwałe zaleganie woskowiny to systematyczne drażnienie delikatnej (zwłaszcza u niemowląt i małych dzieci) skóry z następowym złuszczeniem nabłonka. Powoduje to **stan zapalny** o różnym nasileniu i objawach od niepokojącego świądu (obserwujemy często, jak dzieci drapią lub czyszczą palcem okolice przewodu słuchowego zewnętrznego) po ból i obrzęk. Do



negatywnych procesów dochodzi w czasie, kiedy długo zalegająca woskowina ma kontakt z wodą. Kontakt taki jest nieunikniony z powodu codziennych czynności higienicznych oraz pielęgnacyjnych (mycie głowy, kąpiele), co sprzyja rozwojowi infekcji.

### **Oczyszczanie uszu z woskowiny**

Jak radzić sobie z woskowiną, kiedy i czy w ogóle ją usuwać we własnym zakresie? Osoby dorosłe zwykle same zauważą objawy związane z wypełnieniem przewodu słuchowego zewnętrznego woskowiną. Problem pojawia się u niemowląt i małych dzieci, które w oczywisty sposób nie mogą w pełni artykułować swoich odczuć. Przy gromadzącej się wydzielinie gruczołów woskowinowych z jej uciskiem na tkanki oraz procesem zapalnym dziecko staje się niespokojne, często płacze, zwłaszcza w porze nocnej. Brak możliwości dokładnej oceny przyczyn niepokoju dziecka może niekiedy powodować błędne postępowanie terapeutyczne, a zawsze powoduje niepokój rodziców.

Przy całkowitej blokadzie uszu przez masy woskowiny ich usuwanie powinien przeprowadzić lekarz. On decyduje o metodzie eliminacji woskowiny z przewodu słuchowego zewnętrznego u dziecka (płukanie, aspiracja wydzieliny do ssaka, czyszczenie za pomocą specjalnych plastikowych lub metalowych pętelek). Ten pozornie prosty zabieg u niemowląt i małych dzieci stanowi istotny problem i dostarcza wielu stresów dziecku i jego opiekunom. Dzieci nie chcą poddawać się zabiegom na bardzo delikatnej i czulej na bodźce bólowe strukturze jaką jest ucho. Czynności związane z płukaniem uszu u dzieci mogą też być powodem niezamierzonych zranień i uszkodzeń naskórka z następowym stanem zapalnym ucha zewnętrznego. Najlepiej więc jest poprzez odpowiednie postępowanie zapobiegać takim kłopotliwym sytuacjom.



**U dzieci nie należy usuwać woskowiny za tzw.**

**"wszelką cenę"**, jak już wspomniano woskowina jest naturalną wydzieliną ciała i pełni dość istotne funkcje obronne w zakresie ucha zewnętrznego, co jest szczególnie istotne u dzieci (ze względu na delikatną skórę i brak w pełni wykształconych mechanizmów obronnych). W szczególności należy unikać stanowczo wszelkich czynności i przyrządów mogących doprowadzić do uszkodzenia skóry lub błony bębenkowej.

Szczególnie złą sławą cieszą się tzw. "patyczki" ("pałeczki") do czyszczenia uszu, o których już wspomniano. Nadmienić należy, iż nie ma możliwości usunięcia woskowiny z przewodu za ich pomocą. Jedyne można osiągnąć pewien efekt estetyczny, czyli eliminację mas woskowiny z miejsca widocznego. Woskowina tak naprawdę jest przemieszczana dalej w kierunku błony bębenkowej. Patyczki sprzyjają gromadzeniu się woskowiny poprzez przesuwanie jej w głąb ucha oraz drażnienie mechaniczne skóry i pobudzanie jej do wydzielania, wtedy też jest duże prawdopodobieństwo uszkodzenia skóry, zwłaszcza u dzieci. Najgorszym połączeniem błędnych zachowań jest czyszczenie patyczkami uszu u dzieci bezpośrednio po kąpielach lub wizycie na basenie lub innym rodzaju kąpieliska. Woskowina miesza się wtedy z wodą, co bardzo sprzyja rozwojowi bakterii (tak groźnych, jak Pałeczka Ropy Błękitnej i Gronkowiec Żłocisty), a dodatkowo zawsze skóra ulega mniejszemu lub większemu uszkodzeniu. Błędne jest także samodzielne płukanie uszu u dzieci z użyciem wody z tych samych powodów opisanych wcześniej.

### **Oliwa z oliwek**

U dzieci (jak również u dorosłych) najlepiej stosować substancje oleiste. Badania dowiodły że najlepszą substancją jest **oliwka z oliwek**. Produkt naturalny o bardzo wielu pozytywnych właściwościach. Korzystne działanie oliwy z oliwek na skórę znane jest od wielu wieków.

Oliwka zawiera tzw. polifenole substancje o działaniu antyoksydacyjnym i antybakteryjnym oraz przeciwgrzybicznym. Wykazano, że jest skuteczna nawet przeciw opisanym wyżej groźnym bakteriom.

Stosowanie oliwki z oliwek do ucha wywiera działanie profilaktyczne poprzez zapobieganie infekcjom.

Oliwka czyni woskowinę bardziej podatną na samoistną ewakuację woskowiny z ucha. Oczywiście nie powinno się stosować oliwy z oliwek dostępnej dla celów spożywczych. Nie mamy wtedy bowiem pewności, co do czystości składu, który w zastosowaniu u dzieci powinien być drobiazgowo sprawdzony. Oliwa dostępna w pojemnikach i butelkach nie posiada też odpowiedniego dozownika, a wlewanie jej do ucha może spowodować przykre następstwa w postaci zablokowania ucha, czy pobrudzenia odzieży. Obecnie dostępny jest w większości aptek preparat VAXOL.

Jest on specjalnie opracowany pod względem składu chemicznego do celów medycznych, a jego jedynym składnikiem jest oliwa z oliwek przygotowana według standardów farmaceutycznych.

VAXOL sprzedawany jest w specjalnych pojemnikach z pompką, która rozpyła preparat bez ryzyka stworzenia zbyt dużego ciśnienia i uszkodzenia skóry, czy błony bębenkowej.

Końcówka, która służy do aplikacji preparatu jest specjalnie wyprofilowana, co uniemożliwia zbyt głębokie jej wprowadzenie do ucha. Preparat jest bardzo wygodny w stosowaniu - wykazano, że: można go podawać zarówno w pozycji stojącej, jak i leżącej (co ma znaczenie u małych dzieci), nie wylewa się z uszu, substancja jest równomiernie rozprowadzana w przewodzie słuchowym zewnętrznym, dawka preparatu jest precyzyjnie odmierzana, jest bardzo łatwy w użyciu i co ważne w odróżnieniu od innych preparatów nie wymaga płukania uszu po jego użyciu.

*dr n.med. Jacek Schmidt, specjalista laryngolog*