

گوش درد بزرگسالان



گوش درد بزرگسالان

از اینجا
شروع کنید

درد در گوش یا اطراف آن

- آیا تب بیش از ۳۸/۵ درجه سانتی گراد دهانی دارید؟ یا
- آیا سردرد شدید یا درد شدید در حرکت گردن دارید؟ یا
- آیا در گوش تان ترشح وجود دارد؟

بله

در صورت لزوم از
داروی ضد تب استفاده
کنید
(صفحه ۶۰ را
ببینید) هم اکنون به
بیمارستان مراجعه
کنید.



احتمال وجود عفونت
کانال گوش
(گوش شناگران)

خیر

آیا درد با ضربه آرام به گوش یا کشیدن آرام نرمه گوش بدتر می شود؟

بله

خیر

عفونت گوش میانی ممکن است

به توصیه های خانگی و توصیه های
اختصاصی (ب) نگاه کنید.
(صفحه ۱۰۷)

به توصیه های خانگی و
توصیه های اختصاصی (الف) نگاه
کنید. (صفحه ۱۰۷)

پس از ۱۲ تا ۲۴ ساعت از درمان، هنوز درد وجود دارد؟

بله

خیر

به مرکز بهداشتی
درمانی مراجعه
کنید.

توصیه های خانگی را برای
یک هفته ادامه دهید



گوش درد بزرگسالان

توصیه‌های خانگی

۱. اگر تب داشتید به بخش تب بزرگسالان در صفحه ۹۶ مراجعه کنید.

۲. اکثر مردم هنگام درد گوش ناشی از عفونت گوش میانی بسیار نگران رفع آن هستند. استامینوفن، آس آ (آسپیرین) یا بروفن به کاهش درد کمک می‌کند. به صفحه ۱۸۰ برای کنترل درد و به صفحه ۶۰ برای دوز استامینوفن نگاه کنید. اگر بهبودی در درد یا تغییری در وضعیت طی ۲۴ تا ۳۶ ساعت اتفاق نیفتاد اغلب نیاز به یک دوره آنتی بیوتیک وجود دارد. آنتی بیوتیک‌ها به سرعت درد را از بین می‌برند. برای دریافت آنتی بیوتیک به پزشک مراجعه کنید.

۳. حوله‌ای گرم را چندین بار به مدت ۲۰ دقیقه روی گوش بگذارید. این کار اغلب به رفع درد کمک می‌کند.

۴. استفاده از روغن گرم درون مجرای گوش می‌تواند تا حدی باعث رفع درد شود، می‌توان از روغن‌های مخصوص که در داروخانه وجود دارد با راهنمایی دکتر داروساز استفاده کرد. قبل از آن که روغن را به درون مجرای گوش بریزید با نوک انگشتان دمای آن را امتحان کنید.





گوش درد بزرگسالان

توصیه‌های خانگی

الف توصیه‌های اختصاصی برای عفونت گوش میانی

۱. گاهی می‌توان ناراحتی گوش را با درمان زودهنگام علائم احتقان بینی و پری گوش با استفاده از داروی ضداحتقان رفع کرد. این داروها به تخلیه گوش میانی کمک می‌کنند. برای اطلاعات بیش‌تر در مورد ضداحتقان‌ها به صفحه ۱۷۸ مراجعه کنید. افراد مبتلا به بیماری قلبی شدید، پرفشاری خون یا آسم شدید نباید از ترکیب‌های ضداحتقان استفاده کنند.

۲. سعی کنید با دمیدن هوا با دهان بسته و بینی بسته‌شده با دو انگشت، گوش خود را باز کنید. این کار را چند بار در روز انجام دهید.

ب توصیه‌های اختصاصی

برای عفونت مجرای گوش (گوش شناگران)

۱. در صورت امکان تا ۷ روز از ورود آب به گوش تان ممانعت کنید. اگر آب داخل گوش تان رفت با تکان دادن سر آن را بیرون آورید. همچنین می‌توانید با استفاده از سشوار با شدت باد کم و دمای پایین از فاصله ۱۵ تا ۳۰ سانتی‌متری گوش، مجرای گوش را خشک کنید. چند قطره از یک محلول خشک‌کننده به خشک‌شدن سریع‌تر گوش کمک می‌کند.

۲. این نوع عفونت ممکن است به آنتی‌بیوتیک پاسخ دهد. برای دریافت آنتی‌بیوتیک مناسب به پزشک مراجعه کنید.

۳. از تمیز کردن گوش با گوش پاک‌کن پنبه‌ای، اجتناب کنید. این کار خطر عفونت گوش را افزایش می‌دهد.

۴. ممکن است بخواهید از عفونت مجرای گوش در دفعات بعد پیشگیری کنید. می‌توانید پس از شنا چند قطره روغن مخصوص در مجاری گوش خود بچکانید. به این ترتیب می‌توانید از تکرار عفونت مجرای گوش پیشگیری کنید. گوش‌گیرهایی که برای پیشگیری از ورود آب به مجرای گوش طراحی شده‌اند نیز می‌توانند کمک‌کننده باشند. نباید گوش‌گیرهای پلاستیکی سفت، درون گوش قرار دهید.

گوش درد

عفونت گوش می‌تواند در مجرای خارجی یا پشت پرده صماخ رخ دهد. عفونت گوش ممکن است یک روز پس از شنا یا آب‌بازی رخ دهد (به همین دلیل گاهی به آن «گوش شناگران» گفته می‌شود). اگر از گوش پاک‌کن برای پاک کردن مجرای گوش استفاده می‌کنید، ممکن است عفونت و آزدگی مجرای گوش به دفعات بیش‌تر برای شما رخ دهد. عفونت در طرف دیگر پرده صماخ که عفونت گوش میانی خوانده می‌شود، ممکن است هنگام عفونت‌های ویروسی مثل سرماخوردگی و آنفلوآنزا رخ دهد. هنگام سرماخوردگی، تورم و احتقان می‌تواند مسیر تخلیه از طریق لوله اوستاش را بند بیاورد. استفاده از توصیه‌های خانگی برای کاهش ناراحتی و علائم عفونت گوش می‌تواند کمک‌کننده باشد و شما را در تصمیم‌گیری برای مراجعه به پزشک یاری رساند.

علائم ممکن در بزرگسالان:

- ▶ درد در گوش و اطراف آن
- ▶ خارش گوش
- ▶ افت شنوایی
- ▶ ترشح از گوش
- ▶ تب
- ▶ گره‌های لنفی دردناک دور گوش یا گردن
- ▶ درد در هنگام کشیدن لاله گوش

