

Серная пробка

✓ ЧТО ТАКОЕ СЕРНАЯ ПРОБКА?

Серная пробка — это скопление серы, кожного сала, отслоившегося эпидермиса и загрязняющих частиц. Ушная сера (ушная воск) продуцируется серными и сальными железами кожи наружного слухового прохода.

Многие люди полагают, что от серы, скопившейся в ухе, надо немедленно избавляться. Но это далеко не так. Сера выполняет несколько важных функций:

- защитную — препятствует проникновению болезнетворных микроорганизмов;
- увлажняющую — предотвращает пересыхание эпителия наружного слухового прохода;
- барьерную — образует защитную пленку, в состав которой входят жирные кислоты и лизоцим.

Нарушение секреции серы является одной из причин инфицирования наружного слухового канала и, как следствие, наружного отита.

Серная пробка может состоять из вязкой, почти жидкой серы или быть твердой как камень. Внешний вид серной пробки зависит от процентного содержания различных компонентов и времени нахождения в ушном канале (более твердая сера обычно присутствует в течение более длительного времени). Цвет варьирует от глубокого темно-коричневого и черного до светло-желтого, он отражает состав серы, но не является признаком патологии или нормы. У одного и того же человека цвет серы в правом и левом ухе может различаться.

Немногие люди знают об уникальной способности нашего уха — механизме самоочистения. Оказывается, при ежедневных активных движениях нижней челюсти, например при пережевывании пищи, разговоре или смехе, сера, находящаяся в слуховом проходе, начинает свое продвижение наружу.

Некоторым людям свойственно повышенное серообразование, что не является патологией. Если чистить уши слишком часто, то возникает нарушение нормальной выработки серы, ее выделение в большем объеме или, наоборот, в меньшем.

- При уменьшении объема серы наблюдаются сухость и зуд в ушах.
- При избытке серы в слуховом проходе образуется серная пробка.
- При попадании воды в слуховой проход, где сформировалась серная пробка, происходят ее постепенное набухание и полный блок слухового прохода.

✓ ПРИЧИНЫ ПОЯВЛЕНИЯ СЕРНОЙ ПРОБКИ

Накоплению серы в наружном слуховом проходе способствуют:

- некоторые заболевания, при которых отмечаются повышенное шелушение и отслойка эпидермиса наружного слухового прохода (например, атопический дерматит, экзема, псориаз);
- длительное использование слуховых аппаратов, заглушек для плавания, наушников или берушей.

✓ СИМПТОМЫ

Серная пробка может проявляться следующими симптомами:

- снижение слуха;
- боль в ухе;
- чувство заложенности уха;
- зуд в ухе;
- рефлекторный кашель;
- головокружение;
- звон в ушах.

✓ УДАЛЕНИЕ СЕРНОЙ ПРОБКИ

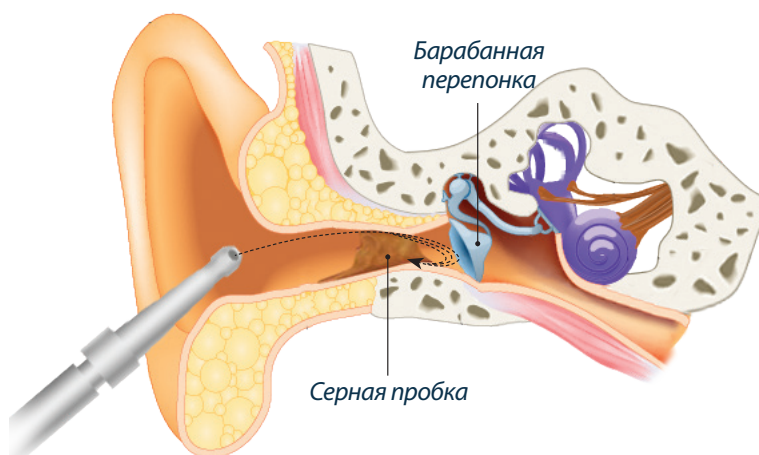
Категорически не рекомендуется использовать какие-либо устройства для самостоятельного удаления серной пробки. К ним относятся ватные палочки, заколки для волос, вакуумные наборы для удаления серы из уха, а также фитосвечи. Данные методы удаления серной пробки не только неэффективны, но и могут травмировать наружный слуховой проход или способствовать продвижению серы вглубь, поэтому не должны применяться. Рекомендовано избегать использования ушных свечей для удаления серы, так как можно повредить ухо и вызвать ожог лица.

Для удаления серной пробки необходимо обратиться к врачу-оториноларингологу

Существуют два метода удаления серной пробки:

- ирригация (промывание);
- механическое (инструментальное) удаление.

Ирригация является одним из наиболее распространенных, эффективных и безопасных методов удаления серной пробки. Обычно она выполняется теплой водой большим шприцем (200 мл) или с помощью специального оборудования. После промывания уха врач выполняет отоскопию (осмотр уха), чтобы оценить успешность процедуры и убедиться в отсутствии воспаления.



Удаление серной пробки инструментальным способом должно выполняться врачом-оториноларингологом при наличии соответствующего оборудования. Процедура требует адекватной визуализации, что необходимо для предотвращения случайного повреждения барабанной перепонки или наружного слухового прохода.



ПРОФИЛАКТИКА СЕРНЫХ ПРОБОК

- Рекомендуются простые гигиенические мероприятия: мыть ушную раковину и наружную часть слухового прохода во время купания.
- При диагностике серной пробки более 2 раз в год рекомендуются регулярный осмотр оториноларинголога, проведение отоскопии каждые 6–12 месяцев и удаление скопления серных масс при необходимости.



Важно! Если при чистке ушей вы используете ватную палочку, помните, что она должна быть с ограничителем, иначе вы не столько удалите часть серы, сколько продвинете ее к барабанной перепонке, создав значительное уплотнение. Также это может привести к различным травмам (повреждениям барабанной перепонки, царапинам наружного слухового прохода и пр.).