

Voda u uhu - simptomi, kako izbaciti vodu iz uha, prevencija, kako odčepiti uho prirodnim putem

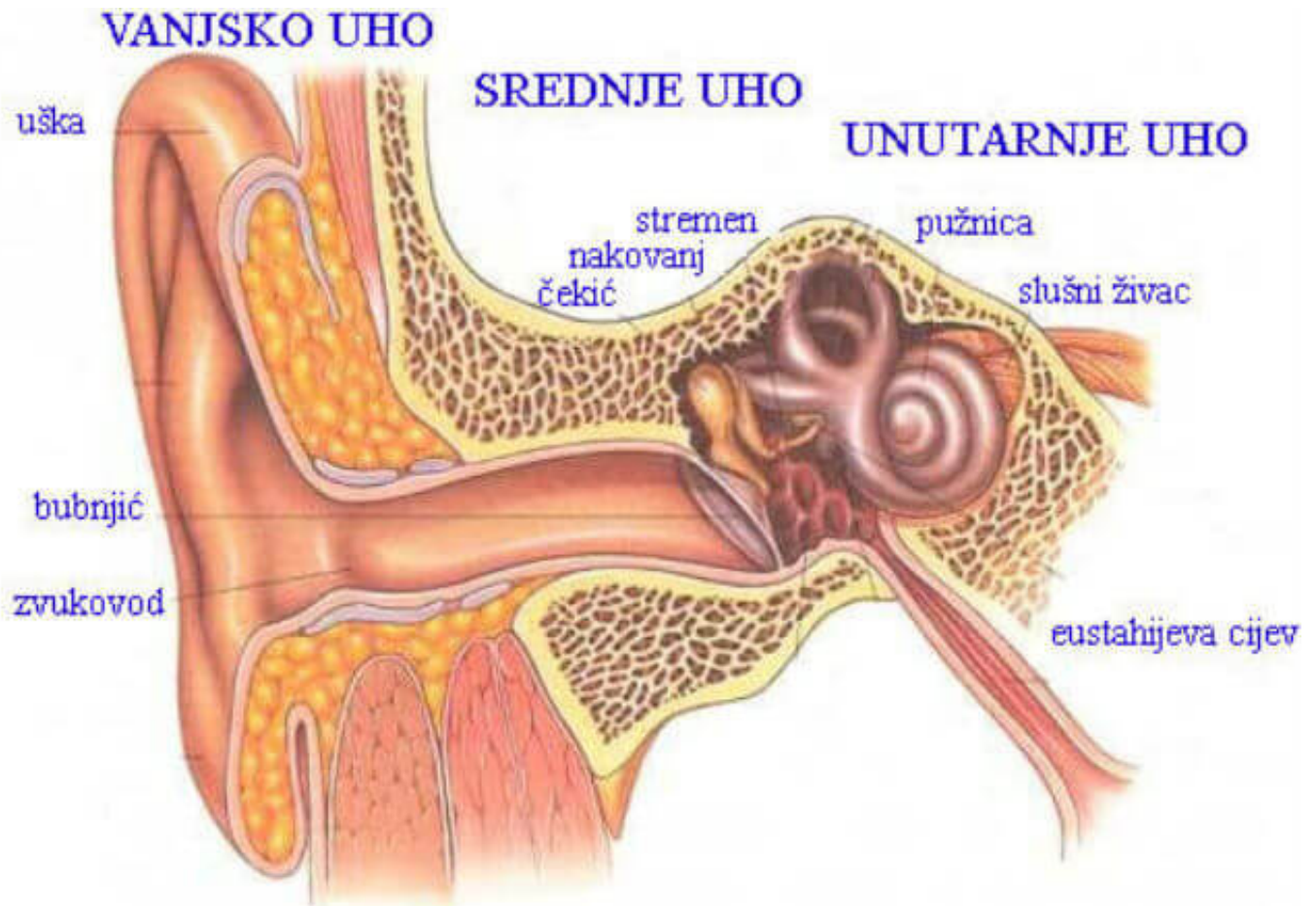


Voda u uhu vrlo je čest **simptom** koji se javlja **nakon boravka u kadi, bazenu ili pod tušem** kad voda ulazi u slušni kanal i [otežava sluh](#). Osjećaj je neugodan, a nije riječ o sasvim bezopasnom simptomu. Naime, tako **moгу uči bakterije i prljavština** te uzrokovati [upalu uha](#).

Voda u uhu - uho kao labirint

Slušni se kanal sastoji od **unutarnjeg i vanjskog dijela** koji su iskrivudani, a **kod bubnjića** se pojavljuje **udubina**. **Zdravi bubnjić ne dopušta prolazak vode** pa se nakuplja ispred njega.

Ako se nakupilo **dosta voska**, mogu se pojaviti i „bare“ **ispred bubnjića**. Vosak sprječava curenje voda pa može **nabubriti i začepiti slušni kanal**.



Voda u uhu - samozaštita uha

Vanjski kanal uha štiti se sam od patogena. Vosak odbija vodu u određenoj mjeri i apsorbira prljavštinu. Bakterije se teško mogu širiti po **kiselom okolišu u uhu**.

Nakon dužeg vremena izloženosti vodi koža vanjskog slušnog kanala postaje propusna, a masna zaštita se otapa. Klor u bazenu i sol u morskoj vodi ubrzavaju to otapanje. Osim toga, mnoge su **bakterije otporne na kloriranu vodu** i posebno su zastupljene u bazenima.

Kad se zaštita u slušnom kanalu otopi, patogeni se mogu lagano širiti. [Plivači](#), surferi i turisti na plaži često pate od vanjskih infekcija uha.

Liječnik čisti zahvaćeno uho posebnim usisnim uređajem, ali nikad sa stranim tijelima kao što su štapići za uši. Najjednostavniji način za sprječavanje infekcije uha i pojave vode u uhu je **kapa za kupanje**.



Voda u uhu - simptomi

Voda u uhu uzrokuje sljedeće **simptome**:

- bol u uhu,
- [zujanje u ušima](#) (tinitus),
- pritisak u ušima,
- prigušeni sluh.

Uglavnom navedeni simptomi **prođu sami po sebi**. Ako su pak prisutni **dulje vrijeme**, mogu se riješiti **jednostavnim metodama**.

Voda u srednjem uhu

[Upala srednjeg uha](#) pogađa područje između bubnjića i unutarnjeg uha, bubnjić, tri slušne koščiće i Eustahijevu cijev. Ako je **Eustahijeva cijev oštećena**, dolazi do **podtlaka** koji vodi do **vakuuma** pri čemu sluznica reagira **izlučivanjem sekreta**. Rezultat je **tekućina u uhu**.

Upala uha - simptomi

[Upala srednjeg uha](#) obično dolazi **uz prehladu**. Osoba ima **osjećaj začepljenosti**, tj. pritisak na uho sličan je onom kod ronjenja. **S prehladom nestaje** i navedeni simptom. **Popratni simptomi** su:

- [gubitak sluha](#),
- bol u uhu,

- [groznica](#),
- [mučnina](#),
- tinitus,
- vlažnost u uhu.

Više o upali uha i liječenju pročitajte [ovdje](#).



Voda u uhu kod djece

Akutna upala srednjeg uha izazvana je **virusima ili bakterijama**. Kritičniji je [sekretorni otitis](#) koji podrazumijeva ozbiljnu upalu srednjeg uha, a **pogođena su najčešće djeca**. Može trajati više od šest tjedana i postati **kroničan**. Konstantno se **stvara tekućina** u srednjem uhu i nakon nekog vremena **postaje žilava sluz**.

Pokazatelji upale srednjeg uha kod dojenčadi su:

- povlačenje za uši,
- vrištanje,
- gubitak apetita,
- visoka temperatura,
- curenje tekućine iz uha,

- poremećena ravnoteža,
- loš sluh.

Gotovo devet od 10-oro djece pati **barem jednom** od upale srednjeg uha. Njihove se uši i [imunološki sustav](#) još uvijek razvijaju, a **njihove su Eustahijeve cijevi kraće** pa **tekućina ne može iscuriti**.



Upalu uha kod djeteta **roditelji** ne mogu potpuno spriječiti, ali mogu **prevenirati** na sljedeći način:

- [prestanak pušenja](#) u prisustvu djeteta,
- često pranje ruku,
- izbjegavanje kontakta djeteta i oboljelog.

Antibiotici sprečavaju pretvaranje akutne upale u kroničnu. Obično upala nije dramatična. **Srednje se uho izvrsno samoiscjeljuje**, čak i oštećeni bubnjić ponovno zacijeli.

Kako izbaciti vodu iz uha?

Ako je [začepljeno uho od vode](#) u pitanju, mnogi **pacijenti posežu za štapićima za uši**. Liječnici odgovaraju od toga jer pamučni dijelovi mogu lako zapeti u slušnom kanalu i tako pogoršati situaciju. Pogotovo kad se navlaži, pamučni dio lagano otpada od štapića i čestice pamuka dodatno iritiraju te **povećavaju rizik od infekcije**.



Metoda koja **pomaže**, iako izgleda duhovito, jest **okretanje, skakanje ili treskanje glavom**. Nakon nekoliko sati voda je obično vani. Ponekad je potrebno **ponavljati „vježbe“** zbog kompliciranog slušnog kanala koji posjeduje **nekoliko zavoja**, a koje voda mora proći.

Od pomoći može biti i **potezanje uha unazad i gore** te puštanje toplog **zraka fena** podešenog na najslabijoj razini. Tako se **voda isuši**.

Ako voda ne nestane, treba otići **otorinolaringologu**. Vjerojatno je riječ o velikoj količini voska koja je zbog vode nabubrila ili upali uha.

Više o začepljenim ušima možete pročitati na ovoj [poveznici](#).



Voda u uhu - prevencija

Kako bi se **spriječio ulazak vode u uho**, mogu se koristiti **različiti čepići za uši**. Međutim, trebalo bi izbjegavati spužvaste čepiće. Oni prigušuju buku, npr. tijekom spavanja, ali jako nakupljaju vodu. **Bolje je koristiti silikonske čepiće.**

Također, važno je **čišćenje ušiju** kako se ne bi nakupila prekomjerna količina voska.

Kako odčepiti uho prirodnim putem?

Otopina od medicinskog alkohola i bijelog octa u omjeru 1:1 može se koristiti za ispiranje uha. Otopina se pipetom **ukapa u pogođeno uho** i pušta se da tekućina iscure. Kiselina otapa vosak pa se uklanjaju prepreke koje onemogućuju izlazak vode, dok **alkohol isušuje vodu**.



Također, može se stvoriti **vakuum pritiskom ruke na pogođeno uho**. Naizmjenično se pritišće i otpušta tlak sve dok voda ne iscuri. Uho bi trebalo usmjeriti prema dolje.

Usto se uho može lagano **osušiti suhom krpom** koja apsorbira vodu. Krpu **ne treba pritiskati štapićem u uho** jer tako voda možda još više ući u uho. **Glava se može okrenuti na stranu** jer tako sila teža djeluje na vodu.

Žvakanje pomaže da se otopi voda koja je zatvorena u Eustahijevoj cijevi. Često pomaže i **ispuhivanje nosa**. Tako se stvara pritisak koji izvlači vodu van iz uha.



Voda u uhu - hidrogen

Tropostotni hidrogen peroksid poznati je **antiseptik** koji se koristi za čišćenje i dezinfekciju rana kao što su opekline i ogrebotine. Također se koristi **za čišćenje uha** kad uđe voda **nakon plivanja ili tuširanja**.