

טיפול בדלקות אוזניים בעזרת רפואה סינית

חוברת הדרכה להורים

עריכה: ארם צייג

עודכן ב- אפריל 2016

לשאלות או הערות:

0528-698171

aram.tzayig@gmail.com

www.philosophical-tools.com

תוכן העניינים:

פרק א': הראיה המערבית

1. המבנה האנטומי של האוזן
2. דלקת של האוזן התיכונה - הגדרה על פי הרפואה המערבית
3. איך מאבחנים דלקת של האוזן התיכונה?
4. מהם הסיבוכים העלולים להתפתח מדלקת של האוזן התיכונה?
5. מהו אודם באוזן?
6. מהם נוזלים באוזניים ומה הקשר שלהם לדלקות אוזניים?
7. מדוע המחלה שכיחה יותר בילדים צעירים?
8. טיפול בדלקת של האוזן התיכונה ברפואה מערבית
9. מה הבעיה בשימוש תכוף באנטיביוטיקה?
10. מה מציעה הרפואה המערבית במקרים בהם האנטיביוטיקה לא פותרת את הבעיה?
11. האם טיפול ברפואה סינית שולל טיפול באנטיביוטיקה?

פרק ב': דלקת של האוזן התיכונה על פי התפיסה הסינית

1. מהם הסיבות לדלקות אוזניים על פי התפיסה הסינית?
2. מהם עקרונות הריפוי על פי הרפואה הסינית?
3. מדוע על פי התפיסה הסינית מתן אנטיביוטיקה מחמיר את הבעיה?
4. מהם אחוזי ההצלחה בטיפול בדלקת אוזניים ברפואה סינית?

פרק ג': דרכי ההתמודדות ואופן הריפוי

1. דיקור
2. צמחי מרפא
3. טיפות אוזניים
4. המלצות תזונתיות
5. המלצות לעיסויים
6. שונות

פרק ד': כיצד לנהוג במצב של חשש לדלקת אוזניים?

פרק א': הראיה המערבית

1. המבנה האנטומי של האוזן

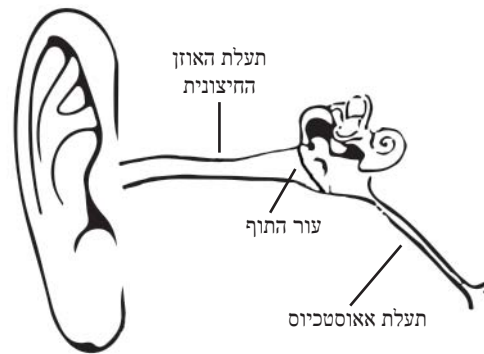
האוזן התיכונה היא החלק הפנימי של האוזן הנמצא מעבר לעור התוף. חלק זה של האוזן מנוקז בעזרת תעלה אל הלוע (תעלת אאוסטכיוס). כאשר התעלה נסתמת בגלל ליחה, האוזן התיכונה הופכת להיות חלל סגור בו משגשגים חיידקים ונגיפים היכולים לגרום לזיהום ולהתפתחות דלקתית.

2. דלקת של האוזן התיכונה -

הגדרה על פי הרפואה המערבית

דלקת אוזן תיכונה חדה מהווה מצב רפואי שכיח בילדים. הדלקת מתאפיינת באודם של התופית, כאב בדרגות שונות שמקורו מהאוזן, ונוכחות של תפליט באוזן התיכונה המתבטא בבלט או בזיבת אוזן (otorrhea). שתי הגישות הטיפוליות העיקריות הן טיפול מיידי באנטיביוטיקה לעומת טיפול מושהה, הניתן לאחר 48-72 שעות רק במידת הצורך. ההחלטה אודות הטיפול מתקבלת בהתאם לגיל הילד ומצבו הקליני בעיקר, כמו גם היכולת לבצע מעקב נאות בקהילה.

מתוך: ויקירפואה - אתר רופאי המשפחה בישראל



3. איך מאבחנים דלקת של האוזן התיכונה?

האבחנה נעשית בעזרת אוטוסקופ. זהו מכשיר שבעזרתו אפשר לראות את תעלת האוזן ועור התוף. אפשר לראות מהו צבעו של עור התוף, אם יש בו אודם המעיד על התחלת התפתחות דלקתית, אם יש דלקת, אם יש בלט שמשמעו הצטברות נוזלים באוזן התיכונה, ואם רואים את קו הנוזלים שהצטברו מעבר לעור התוף. בפועל מתברר שהאבחנה אינה פשוטה. לדוגמא, רופא המשפחה מאבחן מצב של דלקת באוזן התיכונה ובאותו יום האבחנה של רופא מומחה לאף אוזן גרון תהיה שאין דלקת.



4. מהם הסיבוכים העלולים להתפתח מדלקת של האוזן התיכונה?

במקרים נדירים עלולה הדלקת להתפשט למוח או לעצמות סביב האוזן.

5. מהו אודם באוזן?

אודם באוזן הוא מצב שבו יש אדמומית בעור התוף היכולה להעיד על התחלה של תהליך דלקתי. זה לא מצב שמחייב מתן אנטיביוטיקה, אך יש רופאים המסתפקים באבחנה זו כדי לתת אנטיביוטיקה, מתוך הנחה שהדלקת תתפתח בכל מקרה.

6. מהם נוזלים באוזניים ומה הקשר שלהם לדלקות אוזניים?

נוזלים באוזניים הם תופעה הנגרמת מסתימה של התעלה המחברת בין האוזן התיכונה ללוע. במצב זה האוויר הכלוא באוזן התיכונה מתמעט עקב נדידת החמצן לרקמות הסובבות את האוזן התיכונה. הוואקום שנוצר גורם לספיחת נוזלים מאותן רקמות ולהצטברותם בחלל האוזן התיכונה. לעתים הנוזלים מכילים חיידקים או וירוסים ואז עלולה להתפתח דלקת. לעתים הנוזל אינו מודלק, אך הצטברותו פוגעת בגמישות עור התוף וגורמת לירידה בשמיעה. לעתים יש קשר בין נוזלים באוזניים לבין דלקות של האוזן התיכונה, אך לא בהכרח. בדרך כלל נוזלים באוזניים מעל גיל שנתיים מתאפיינים יותר בירידה בשמיעה ופחות בדלקות של האוזן התיכונה.

7. מדוע המחלה יותר שכיחה יותר בילדים צעירים?

בגלל מבנה הפנים הרחב של תינוקות, התעלה המובילה מהאוזן התיכונה ללוע היא יותר אופקית והזרימה בה פחות טובה. עם הזמן הפנים מתארכות והתעלה הופכת יותר אנכית ומאפשרת לנוזלים לרדת מטה לכיוון הלוע ביתר קלות.

4. מהם הסיבוכים העלולים להתפתח מדלקת של האוזן התיכונה?

במקרים נדירים עלולה הדלקת להתפשט למוח או לעצמות סביב האוזן.

5. מהו אודם באוזן?

אודם באוזן הוא מצב שבו יש אדמומית בעור התוף היכולה להעיד על התחלה של תהליך דלקתי. זה לא מצב שמחייב מתן אנטיביוטיקה, אך יש רופאים המסתפקים באבחנה זו כדי לתת אנטיביוטיקה, מתוך הנחה שהדלקת תתפתח בכל מקרה.

6. מהם נוזלים באוזניים ומה הקשר שלהם לדלקות אוזניים?

נוזלים באוזניים הם תופעה הנגרמת מסתימה של התעלה המחברת בין האוזן התיכונה ללוע. במצב זה האוויר הכלוא באוזן התיכונה מתמעט עקב נדידת החמצן לרקמות הסובבות את האוזן התיכונה. הוואקום שנוצר גורם לספיחת נוזלים מאותן רקמות ולהצטברותם בחלל האוזן התיכונה. לעתים הנוזלים מכילים חיידקים או וירוסים ואז עלולה להתפתח דלקת. לעתים הנוזל אינו מודלק, אך הצטברותו פוגעת בגמישות עור התוף וגורמת לירידה

בה בצורה תכופה. דלקת של האוזן התיכונה היא אחת הסיבות השכיחות למתן אנטיביוטיקה עד גיל שנתיים. בנוסף, האנטיביוטיקה פוגעת בכלל החיידקים בגוף ומערערת את האיזון העדין שיש בגוף. כשאין חיידקים, אוכלוסיות אחרות כמו פטריות, נגיפים וטפילים משגשגות. חיידקי מערכת העיכול, שלהם תפקיד חשוב בפירוק המזון בגופנו, נפגעים ובכך נחלש תהליך העיכול. הורים רבים שמים לב שהתיאבון של ילדם נפגע במהלך הטיפול האנטיביוטי ולאחריו. לאחר שימוש באנטיביוטיקה חשוב להשתמש בפרוביוטיקה - ריכוז של חיידקי מעיים על מנת לשקם את חיידקי המעיים.

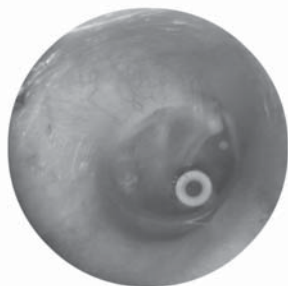
10. מה מציעה הרפואה המערבית במקרים בהם האנטיביוטיקה לא פותרת את הבעיה?

בשלב ראשון מומלץ להשתמש באנטיביוטיקה מונעת (פרופילקטית). משמע, מתן אנטיביוטיקה למשך תקופה ארוכה כדי למנוע התפתחות דלקת.

במצב שבו יש כאב רב והצטברות מוגלה רבה מבצעים ניקור של עור התוף. זהו טיפול מאוד כואב ובמהלכו מנקבים את עור התוף וכך מאפשרים למוגלה ולנוזלים הלוחצים על עור התוף ודפנות האוזן התיכונה לצאת החוצה. בדרך כלל לאחר הניקור יש הקלה. יש להימנע מטיפול זה במידת האפשר כי הוא גורם לטראומה קשה אצל חלק מהילדים שעברו חוויה זו. מלכתחילה טיפול זה נועד רק להקלה מקומית של המצב ולכן יש לשקול דרכים אחרות לפתרון המצב.

בשלב הבא מוצע לשים "כפתורים". אלה צינוריות פלסטיק שמוחדרות לחתך שנעשה בעור התוף כדי למנוע ממנו להתאחות. הנקבים בעור התוף מאפשרים זרימה של נוזל מהאוזן התיכונה החוצה אל האוזן החיצונית באופן רציף. זהו ניתוח לכל דבר, בהרדמה מלאה, ולאחריו יש לשמור על האוזן מפני נוזלים מן החוץ. הכפתורים מושארים בגוף עד שהם נופלים באופן טבעי, בדרך כלל אחרי שנה ויותר.

כל השיטות שנמנו הן קיצוניות ומנסות לפתור את הבעיה בצורה אגרסיבית, וההשפעה על הילד המטופל היא קשה, אם בגלל אופן הטיפול (כירורגיה) ואם בגלל ההשלכות המערכתיות על הגוף (אנטיביוטיקה מונעת). לפעמים אין ברירה וצריך להשתמש באחת משיטות אלו, אך רצוי למצות כל דרך אחרת לפני כן.

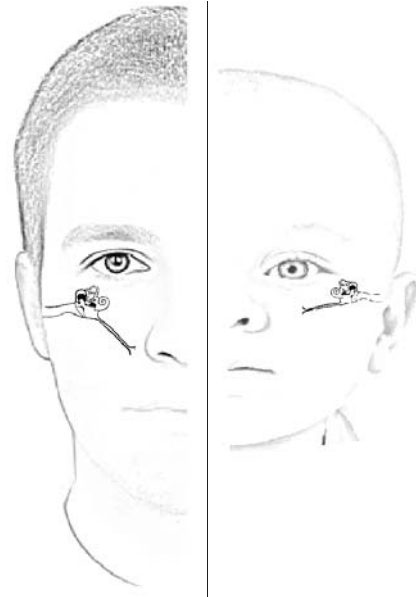


צינורית המוחדרת לעור התוף כדי לאפשר אוורור של האוזן התיכונה

בשמיעה. לעתים יש קשר בין נוזלים באוזניים לבין דלקת של האוזן התיכונה, אך לא בהכרח. בדרך כלל נוזלים באוזניים מעל גיל שנתיים מתאפיינים יותר בירידה בשמיעה ופחות בדלקת של האוזן התיכונה.

7. מדוע המחלה שכיחה יותר בילדים צעירים?

בגלל מבנה הפנים הרחב של תינוקות, התעלה המובילה מהאוזן התיכונה ללוע היא יותר אופקית והזרימה בה פחות טובה. עם הזמן הפנים מתארכות והתעלה הופכת יותר אנכית ומאפשרת לנוזלים לרדת מטה לכיוון הלוע ביתר קלות.



תעלת אוסטכיוס - המחברת בין האוזן התיכונה ללוע

8. טיפול בדלקת ברפואה קונבנציונלית

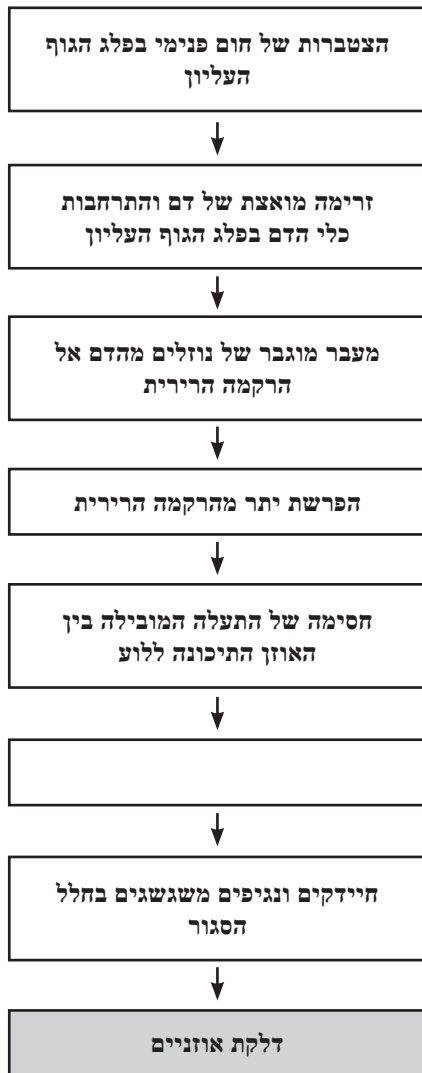
תרופת הבחירה של הרפואה המערבית במקרה של דלקת באוזן התיכונה היא אנטיביוטיקה, מתוך הנחה שמדובר בזיהום חיידקי. במקרים קלים ייתכן שהטיפול יתחיל בטיפות אנטיביוטיות לטפטוף לתעלת האוזן. לטיפול בדלקת של האוזן התיכונה יש שתי גישות: האחת שמרנית, וממליצה על מתן אנטיביוטיקה בכל מקרה של דלקת. השנייה פחות שמרנית, וממליצה להמתין שלושה ימים מתוך הנחה שמרבית הדלקות חולפות ללא טיפול. עד לפני מספר שנים הגישה הנהוגה בארץ היתה הגישה השמרנית. בשנת 2012 יצא חוזר ממושרד הבריאות ומטרתו צמצום השימוש באנטיביוטיקה. המשמעות של חוזר זה בכל הקשור לדלקות אוזניים, היא מעבר ל"טיפול מושהה" והכוונה היא שילדים מעל גיל חצי שנה הסובלים מדלקות אוזניים, יקבלו תרופות לאילחוש הכאב (טיפות אוזניים) ומשככי כאבים ולא אנטיביוטיקה. מחקרים מצביעים על ריפוי ספונטני של 70% מהמקרים ללא שימוש באנטיביוטיקה. אם לאחר יומיים שלושה הדלקת עדיין פעילה, אז משתמשים באנטיביוטיקה.

9. מה הבעיה בשימוש תכוף באנטיביוטיקה?

בשנים האחרונות אנו מודעים לצורך לצמצם את השימוש באנטיביוטיקה מסיבות שונות. אחת מהסיבות היא העמידות שמפתחים החיידקים כנגד האנטיביוטיקה לאחר שהם נתקלים

11. האם טיפול ברפואה סינית שולל טיפול באנטיביוטיקה?

היא הפרשת יתר של הרקמה הרירית המתאפיינת בנזלת ושיעול. ההפרשה המוגברת מהרקמה הרירית עלולה גם לסתום את התעלה המובילה מהאוזן התיכונה אל הלוע. האוזן התיכונה הופכת למקום סגור, חיידקים ונגיפים משגשגים ומתפתחת דלקת.



ב. הצטברות של ליחה בגוף

על פי התפיסה הסינית הליחה בגוף מקורה בחולשה של האנרגיה המזינה את מערכת העיכול. לפיכך היווצרות הליחה בגוף קשורה לתפקוד לא תקין של מערכת העיכול ולתזונה. לליחה יש נטייה להצטבר בדרכי הנשימה העליונות.

כדי לעזור לגוף עלינו לחזק את מערכת העיכול כדי שתעבד את המזון בלי לייצר ליחה. לשם כך אפשר להיעזר בדיקור, בצמחי מרפא והחשוב מכל - בתזונה נכונה. נושא התזונה הנכונה מרוכז בחוברת נפרדת: "הנחיות תזונתיות וטיפול בליחה".

האנטיביוטיקה, מתוקף פעולתה כמחסלת חיידקים מערכתית, פוגעת גם בחיידקים במעיים, אשר לחלקם נועד תפקיד בפירוק המזון. כאשר חיידקים אלו נפגעים, מערכת העיכול נחלשת ואחת התופעות של היחלשות זאת היא ייצור ליחה מוגבר. בטרמינולוגיה הסינית האנטיביוטיקה מקררת את מערכת העיכול ומפריעה לתהליך החימום והעיבוד של המזון.

הרפואה הסינית יכולה להתנהל במקביל עם כל צורת ריפוי אחרת. השימוש באנטיביוטיקה אומנם משבש את האיזון בגוף, אך אין מניעה לטפל ברפואה סינית ובמקרה של התפתחות אקוטית לטפל באנטיביוטיקה. יש לעבוד בשיתוף פעולה עם הרפואה הרגילה. כאשר ילדכם מטופל ברפואה סינית ורופא המשפחה מאבחן דלקת אוזניים, יש לידע אותו שהוא מטופל גם ברפואה סינית ולבקש ממנו לדחות את מתן האנטיביוטיקה למספר ימים על מנת לתת הזדמנות להתגבר על הבעיה ללא מתן אנטיביוטיקה. אם המצב לא חמור ואין חום גבוה, מרבית הרופאים ישמחו לתת הזדמנות להימנע ממתן אנטיביוטיקה.

פרק ב': דלקת של האוזן התיכונה על פי התפיסה הסינית

1. מהם הסיבות לדלקות אוזניים על פי התפיסה הסינית?

בדרך כלל מדובר בכמה סוגים אפשריים של חוסר איזון. תמיד יהיה חוסר איזון אחד שהוא דומיננטי, אך בדרך כלל מדובר בצירוף של יותר מגורם אחד. חוסרי האיזון השכיחים למצב זה הם:

א. חום פנימי

ב. הצטברות של ליחה בגוף

ג. חולשה אנרגטית של האוזן והאנרגיות מהן היא ניזונה

א. חום פנימי

אין הכוונה לחום שנמדד במד חום, אלא לחום שמאפיין חלק מהילדים גם בזמן שהם בריאים. ילדים עם חום פנימי מתאפיינים בחלק מן התופעות הבאות: נטייה להעלות חום גבוה בזמן מחלה, פעלתנות רבה, פנים אדומות, יציאות עם ריח חריף, הזעות לילה, צמא, קושי להירדם וכאבי בטן עוויתיים (גזים) בגיל צעיר מאוד.

מרבית הילדים מתאפיינים בחום פנימי שהוא תוצר לוואי של תהליך הגדילה המואץ שהם עוברים. התשובה הטבעית לאיזון החום הפנימי בילדים הן מחלות הילדות, שמרביתן מלוות בנגעים בעור. נגעים בעור או פריחות הם דרכו הטבעית של הגוף לשחרר חום עודף. בדומה לסיום מחלה שמתאפיין ב"פצע חום". הגוף כבר לא זקוק לחום שהיה נחוץ בזמן המחלה ולכן הוא מייצר פצע שעוזר לחום להשתחרר. בעידן המודרני החיסונים לא מאפשרים את התפתחות מחלות הילדות, וחלק מהילדים מתקשים להיפתר מהחום שנצבר. המזון העשיר והמחמם המאפיין את התזונה המערבית גם הוא מוסיף שמן למדורה.

החום הפנימי גורם לעליית חום לחלק הגוף העליון. התוצאה היא זרימת דם מוגברת בחלק העליון של הגוף. כלי הדם בחלק הגוף העליון מתרחבים ומאפשרים מעבר מוגבר של נוזלים מהדם אל הרקמה הרירית המצפה את דרכי הנשימה. התוצאה

ג. חולשה של אנרגיית הכליות

על פי התפיסה הסינית, חוסר היכולת של הגוף לפנות את הנוזלים מהאוזן התיכונה מקורו בחולשה של אנרגיית הכליות. אנרגיית הכליות קשורה לאוזן, וברפואה הסינית אף מצביעים על הדמיון האנטומי בין האוזניים והכליות. כאשר יש חולשה של אנרגיית הכליות, תיתכן חולשה ביכולת ההנעה של הנוזלים באוזניים ובעטייה התפתחות של דלקות אוזניים. חשוב לציין שלא מדובר בכליות עצמן, אלא באנרגיה שהן מייצגות.

2. מהם עקרונות הריפוי על פי הרפואה הסינית?

שילוב של חולשה באוזן, ליחה וחום הם הגורמים לדלקת אוזניים על פי הרפואה הסינית. לפיכך אופן הריפוי יישען על שלושה עקרונות:

1. הפגת חום במקרה שהילד סובל מחום פנימי

2. הפגת הליחה וחיזוק מערכת העיכול

3. חיזוק אזור האוזן והאנרגיה המזינה את האוזן - אנרגיית הכליות

3. מדוע על פי התפיסה הסינית מתן אנטיביוטיקה מחמיר את הבעיה?

האנטיביוטיקה קוטלת חיידקים בגוף, היא מאטה את הפעילות בגוף בכלל ובמערכת העיכול בפרט. כאשר מערכת העיכול נחלשת בגלל מתן האנטיביוטיקה, הגוף מפריש ליחה וזו סותמת את התעלה המחברת בין האוזן התיכונה ללוע ושוב מתפתחת דלקת. לעתים אפשר להבחין בתדירות הולכת וגוברת של מתן אנטיביוטיקה, והסיבה לכך היא היחלשות מצטברת של מערכת העיכול וייצור ליחה מוגבר.

סיבה נוספת היא האפקט ה"מקרר" של האנטיביוטיקה. ברפואה המערבית ידוע שמתן כמות גדולה של אנטיביוטיקה עלול לגרום לפגיעה בתפקודי הכבד. ברפואה הסינית מצב זה מתואר כ"קור בכבד". במצב זה, כדי לאזן את הקור, הגוף מייצר חום, הגורם שוב לדלקת וחוזר חלילה. בטווח הקצר האנטיביוטיקה פותרת את המצב הדלקתי, אך בטווח הארוך היא הופכת לגורם מחלה פנימי ועלולה להחמיר את רצף הדלקות.

4. מהם סיכויי ההצלחה בטיפול בדלקת אוזניים ברפואה סינית?

קשה להצביע על נתון מדויק, כי לא נערכים מחקרים מסודרים, ויש לזכור שככל שהזמן חולף, גדל באופן טבעי הסיכוי להחלמה. ככלל, אחוזי הריפוי הם גדולים מאוד, והסיבה לכך היא שילוב של מספר שיטות בנוסף לדיקור. כל מטופל מקבל גם טיפול בצמחי מרפא למקרה ויתפתח מצב אקוטי, טיפות אוזניים טבעיות, המלצות תזונתיות והמלצות לעיסויים. כל אלו, בנוסף לדיקור, המאזן את הגוף בצורה מערכתית, נותנים תוצאות טובות. ברפואה המערבית הנהוגה במערב אירופה, ידוע שגם בלי טיפול חלק גדול מדלקות האוזניים חולפות באופן טבעי ללא טיפול, על אחת כמה וכמה כאשר נעזרים במקביל בעוד חמש שיטות טיפול טבעיות.

פרק ג': דרכי ההתמודדות ואופן הריפוי

1. דיקור

2. צמחי מרפא

3. טיפות אוזניים

4. המלצות תזונתיות

5. המלצות לעיסויים

6. שונות

1. דיקור

הדיקור מאפשר לאזן את הגוף בצורה מערכתית ובכל הרבדים המעורבים, כולל הרובד הרגשי. חוסר איזון רגשי הוא מהגורמים השכיחים ליצירת חום עודף שהוא הסיבה העיקרית לדלקות אוזניים.

2. צמחי מרפא

צמחי המרפא נועדו לאפשר להורים לבצע טיפול מקדים ברגע שיש חשש להתפתחות של דלקת. הטיפול בצמחי מרפא מתבצע בעזרת פורמולה המקררת את אזור הראש. מקררת - הכוונה ליכולת להפחית פעילות דלקתית, וירלית או חיידקית. הפורמולה מכילה צמחים נוגדי דלקת ופועלת בדומה לאנטיביוטיקה, אך באופן טבעי ומקומי.

3. טיפות אוזניים

טיפות האוזניים הן טבעיות ומכילות שמנים אנטיביוטיים. הטיפות משמשות למניעה, ריפוי והרגעה.

4. המלצות תזונתיות

תזונה נכונה היא חשובה בכל הקשור להפחתת הליחה בגוף. הורים רבים נבהלים מן הצורך לשנות את התזונה לילדיהם, במיוחד אם הילד עבר את גיל שנתיים ועוד יותר אם יש בבית ילדים נוספים. אך עם גישה מתונה והבנת ההשפעות של המזונות, קל יהיה להציע לילדים תחליפים. ראו: חוברת, הנחיות תזונתיות וטיפול בליחה.

5. המלצות לעיסויים

העיסויים מאפשרים הזרמת אנרגיה לאזור האוזן. הזרמת אנרגיה היא תיאור מופשט, אך הכוונה היא להזרמת דם, פעילות עצבית מוגברת, פעילות של מערכת הלימפה ומערכת החיסון באזור.

אפשר לטפל באזור האוזן וגם דרך אזורים שונים של הגוף, דרך כף הרגל (רפלקסולוגיה) ודרך קווי האנרגיה הסינים (מרידיאנים).

משך הזמן הנדרש לביצוע העיסויים הוא פחות מחמש דקות ביום.

ההמלצה היא לארבעה סוגי עיסוי על בסיס יומיומי, בשני צידי הגוף. אין חשיבות לסדר או לזמן. כמובן שאם הילד מתנגד אין טעם להתעקש אלא לנסות שוב בפעם אחרת.



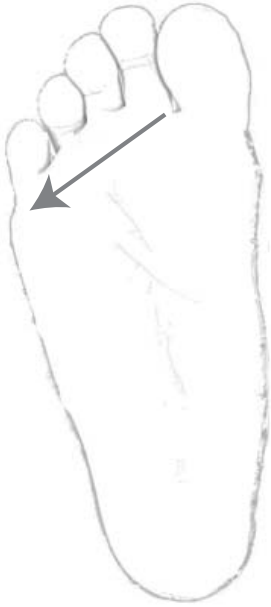
עיסוי מספר 3

מהשקע שמאחורי תנוך האוזן, מסביב לאוזן על הקרקפת, עד קו הטרגוס (הסחוס הבולט שבקדמת האוזן). 50 פעמים, משני צידי הראש.



עיסוי מספר 1

מתבצע על החלק החיצוני של האמה מהמרפק עד למפרק כף היד, בלחץ בינוני. 50 פעמים.



עיסוי מספר 4

בשורש האצבעות של כף הרגל. מהבוהן השנייה ועד הזרת. 50 פעמים בשתי הרגליים.



עיסוי מספר 2

לחיצות עמוקות ואיטיות על פני החלק החיצוני של מרכז האמה, בין שתי העצמות, מהמרפק עד למפרק כף היד. בלחץ בינוני. 5 פעמים.

בדיקת אוזן ראשונית

יש ללחוץ על השקע שנמצא בקדמת האוזן (מעבר לטרגוס לכיוון האף). כאשר אין בעיה באוזן הנטייה של מרבית הילדים היא להטות את הראש לכיוון האצבע הלוהצת. כאשר יש דלקת או רגישות באוזן, הילד יסיט את ראשו במהירות מן היד הלוהצת. אבחנה זו אינה מדויקת אך היא נותנת מושג אם יש בעיה באוזן.



שמן להרגעת האוזן

שמן זית מחומם עם מיץ בצל או ושום. יש לסחוט ולטפטף מספר טיפות לכף שמן זית. מן התערובת יש לטפטף עד שתי טיפות בכל אוזן שלוש פעמים ביום.

במקרה של התנקבות עור התוף המתאפיינת בהפרשות מהאוזן, אין לטפטף את השמן ישירות לתעלת האוזן, אלא להחדיר פיסת צמר גפן ספוגה בשמן לתעלת האוזן. במקרים רבים הילד יוציא את הצמר הגפן לאחר כמה דקות, אך זה יספיק.

תפוחי אדמה לקירור האוזן

מתאים למצב של דלקת באוזן. יש לקחת תפוחי אדמה מבושלים בטמפרטורת החדר ולהניחם בקדמת האוזן. תפוחי האדמה יתחממו בגלל מעבר החום מהאוזן המודלקת לתפוח האדמה.

הגבהת פלג הגוף העליון בזמן שכיבה

בתנוחת שכיבה, לחץ הנוזלים באוזן התיכונה מוגבר ומעצים את הכאב. יצירת הטיה על ידי הגבהת פלג הגוף העליון יכולה להקל על הכאב.

פרק ד': כיצד לנהוג במצב של חשש לדלקת אוזניים?

במקרה של חשש קל לדלקת אוזניים

במקרה של חשש, ואפילו קל שבקלים, לדלקת אוזניים, שפשוף או משיכה של האוזן, שינה לא טובה או כל סימן אחר שההורים יכולים לשייך כמקדים לדלקת אוזניים - יש לנקוט בשלוש הפעולות הבאות למשך שלושה ימים:

1. להשתמש בטיפות אוזניים טבעיות - שלוש פעמים ביום שתי טיפות בכל אוזן.

2. להקפיד על תזונה - למרות שההמלצה היא להקפיד על תזונה בכל עת, ברור שלא תמיד זה מסתייע, אך במקרה של חשש, ואפילו קל, יש להקפיד על הוראות התזונה בחוברת "הנחיות תזונתיות וטיפול בליחה".

3. להקפיד על עיסויים בכל יום. ההמלצה מלכתחילה היא לבצע את העיסויים בכל יום. אך לחלק מההורים קשה לעמוד במטלה זו. במצב של חשש ואפילו קל לדלקת כדאי להקפיד על לפחות עיסוי אחד ביום, רצוי פעמיים.

לאחר שלושה ימים מבצעים הערכה מחדש

במקרה של חשש סביר לדלקת אוזניים

כאשר ההורים חושבים שהילד סובל מדלקת אוזניים, או לאחר בדיקת רופא המאבחן אודם בעור התוף או דלקת, או כאשר עולה טמפרטורת הגוף מכל סיבה, יש להוסיף לשלושת הפעולות הקודמות את הבאות.

4. לתת צמחי מרפא - 20 טיפות 3 פעמים ביום למשך שלושה ימים.

5. להתקשר למטפל לעדכון והתייעצות. אין להסס מלהתקשר. הקשר הטלפוני הוא חלק מהטיפול. המטפל ישמח להיות מעודכן ולייעץ לכם, לעתים אפשר להעלות את המינון של צמחי המרפא, או להיעזר בטיפול נוסף בדיקור. במקרה שיש ספקות או שאלות חשוב להתייעץ!

לאחר יום או יומיים אם אין שיפור מעלים את מינון צמחי המרפא, תוך כדי התייעצות עם המטפל. אם עדיין אין שיפור מטפלים טיפול חירום בדיקור. לבסוף אם כל זה לא עוזר, לוקחים אנטיביוטיקה.

לאחר שלושה ימים מבצעים הערכה מחדש

הקפדה על הכללים המנוסחים בדף זה מקטינה עד מאוד את הצורך בשימוש באנטיביוטיקה!

בהצלחה!!!