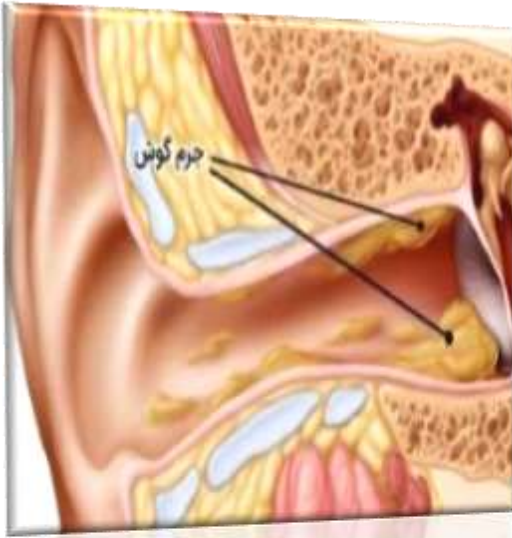




## جرم گوش



جرم گوش در یک سوم قدامی کانال خارجی گوش (قسمت غضروفی) ساخته می شود خصوصیات این قسمت این است که گوش خارجی یک عضو قیفی شکل است که قسمت لاله گوش آن در دو طرف سر قابل رویت است و قسمت داخل استخوان آن را، کانال گوش خارجی می نامیم که از خارج به طرف پرده صماخ کشیده می شود و طول آن در بالغین حدود ۴ سانتی متر در قسمت کف و ۳/۵ سانتی متر در سقف می باشد. شکل و فرم کانال گوش (مثل قیف) هرچه به طرف انتها می رود باریکتر می شود.

- در پوست قسمت خارجی تر کانال (که روی غضروف کانال قرار دارد) مو و غدد مخصوصی وجود دارد که موم گوش را تولید می کند و دستکاری آن دردناک نمی باشد .
- پوست قسمت داخل تر کانال (که روی استخوان چسبیده است) تولید موم نمی نماید و دستکاری آن بسیار دردناک است.. شیب این قسمت به سمت پایین می باشد طوری طراحی شده که بصورت خود بخود توسط پوست کانال گوش ، جرم گوش به سمت خارج رانده می شود و گاهی خود بخود بیرون می افتد یا می توان جرم گوش را با انگشت از جلو کانال خارج نمود و نیازی به استفاده از گوش پاک کن نیست.
- اگر ذرات غبار و یا ذرات جامد بزرگتر به داخل گوش وارد شوند توسط این موم ها جذب شده و از رسیدن آنها پرده گوش جلوگیری می نماید.
- موم ها به تدریج که ترشح می شوند در کانال گوش انباشته شده و توسط پوست گوش به طرف خارج رانده می شوند و معمولاً موقع دفع شدن خشک تر از موقع ایجاد آن می باشد و وقتی به دهانه کانال گوش رسید با ماساژ انگشت یا دستمال تمیز می شود. هرگز چیزی کوچکتر از انگشتتان را به داخل گوش وارد نکنید.
- چوب های باریکی که سر آنها پنبه پیچیده شده برای تمیز کردن دهانه کانال گوش (ناف گوش) ساخته شده فقط برای این است که انگشت کثیف نشود و برای تمیز کردن داخل کانال نمی باشد چون ممکن است با استفاده از این گوش پاکن ها جرم ها را به انتهای کانال برانید و مشکل شنوائی ایجاد شود.
- در موقع حمام کردن و یا شنا کردن چند قطره آب داخل گوش خواهد رفت که معمولاً بعد از چند دقیقه خشک میشود .

• موم در قسمت خارجی تر کانال (کانال غضروفی گوش تشکیل می‌شود و در قسمت عمقی گوش (کانال استخوانی گوش) یعنی نزدیک به پرده صماخ تشکیل نمی‌شود.

بنابراین وقتی در مجرای گوش یک فرد، موم در نزدیکی پرده صماخ دیده می‌شود و موجب کاهش شنوایی می‌شود به علت این است که شخص قبلاً گوشش را با وسایلی همچون گوش پاک کن (وسیله میله‌ای شکل که نوک آن پنبه دارد) و یا دستمال کاغذی که گوشه‌هایش تابانیده شده، سنجاق یا پارچه دستکاری نموده است.

استفاده از گوش پاک کن (وسیله میله‌ای شکل که نوک آن پنبه دارد) برای خشک و یا تمیز کردن کانال گوش ممکن است مقداری از ترشحات معمول گوش را خارج کند و مقدار دیگری از آنرا به عقب تر ( ناحیه استخوانی ) بفرستد (این وسایل تنها کاری که می‌کنند مانند یک پیستون، موم یا جرم گوش را به قسمت های عمقی تر می‌رانند و چون پوست کانال گوش و پرده تمپان نازک و شکننده بوده ممکن است در اثر دستکاری با این وسایل صدمه ببیند این قسمت از کانال گوش عملاً سر بالا می‌باشد و پوست گوش قادر نخواهد بود جرم را به خارج هدایت نماید و عملاً خروج جرم گوش مختل می‌شود و پوسته ریزی قسمت پرده در انتهای کانال گوش هم به این جرم ها (رانده شده به عقب) اضافه میشود و موجب حجیم جرم در کانال گوش می‌شود که این مقدار جرم منجر به کاهش شنوایی انتقالی در فرد می‌شود.

• در بعضی افراد که آلرژی دارند همانطوری که ترشحات بینی افزایش پیدا می‌کند تولید جرم گوش نیز افزایش می‌یابد. فردی ممکن یک گوشش جرم ساز باشد تقریباً بینی همان سمت هم گرفتگی بیشتری دارد ( که به دلیل آلرژی یا انحراف تیغه بینی به همان سمت، گوش جرم ساز می‌باشد).

• در بعضی افراد ترشحات گوش یا جرم گوش زرد و یا قهوه‌ای یا سیاه تیره می‌باشد و گاهی سفت و یا نرم است که این جرم‌ها هیچ فرقی با هم ندارند

#### • چطور جرم در گوش جمع می‌شود؟

جمع شدن جرم در گوش در برخی موارد به دلایل زیر می‌باشد:

۱- استفاده زیاد از هندزفری که عملاً جرم کانال گوش را به عقب تر می‌فرستد

۲- دستکاری گوش با گوش پاک کن ها برای تمیز کردن کانال گوش

۳- استفاده از دستمال کاغذی لوله شده برای خشک کردن داخل کانال

۴- تولید و ترشح بیش از حد جرم توسط پوست کانال در افراد آلرژیک

#### در چه زمانی گوش نیاز به تمیز کردن دارد؟

در صورت احساس کم شنوایی (مخصوصاً بعد از حمام) نیاز به مراجعه به پزشک عمومی یا پزشک متخصص گوش و حلق و بینی وجود دارد تا گوش معاینه شود و در صورت جمع شدن جرم در گوشها نیاز به تمیز کردن گوش را برای شما اعلام می‌نماید.

#### روش های شستشو و یا تمیز کردن گوش چطور می‌باشد؟

۱- بوسیله شستشو: اغلب پزشکان قطره گلیسیرین گوشه تجویز می‌نمایند تا جرم های گوش نرم شود و در جلسه بعد که سه یا چهار روز بعد خواهد بود گوش را با آب شستشو دهند

۲- توسط مکش با دستگاههای مکنده: اگر جرم گوش نرم باشد که بتواند وارد لوله ساکشن شود میتوان در همان جلسه اول توسط ساکشن جرم ها را خارج نمود که معمولاً کمتر اتفاق می‌افتد.

۳- با استفاده از ابزارهای خاص: تعدادی از پزشکان جرم های سفت شده را با وسیله که دارند از پوست کانال گوش جدا می‌کند و با همان وسیله مخصوص انرا بصورت یک تکه و یا تکه های متعدد از در همان جلسه اول از گوش خارج می‌کند

هیچ کدام از روشهای فوق بر روش دیگر مزیت ندارد و به تجربه و انتخاب پزشک برای تمیز کردن بستگی دارد.

موقعی که جرم گوش افزایش یابد و کانال را مسدود نماید شنوایی نیز به طبع آن کاهش می‌یابد در این صورت پزشکان ممکن است به روش های متفاوتی اقدام به خارج نمودن آن نمایند:

روش های شستشوی گوش تحت شرایط خاص و رعایت موارد ذیل انجام می شود:

#### ۱- بوسیله شستشو

الف) ابتدا باید مطمئن باشیم که پارگی یا سوراخ در پرده گوش وجود نداشته باشد. زیرا در صورت وجود چنین ضایعه‌ای، شستشو با آب می تواند منجر به عفونت شود. اگر گوش شما عفونت دارد با شستن آن دردناک خواهد شد.

ب) موم داخل گوش با چکاندن قطره‌های نرم کننده (مثل گلیسرین بوراته یا گلیسرین فنیکه) در داخل کانال گوش (۳ نوبت در روز هر نوبت دو قطره و به مدت حداقل ۵ روز) موم نرم می شود.

گلیسرین بوراته یا فنیکه را با تجویز پزشک و یا بدون نسخه می توان از داروخانه‌ها خریداری نمود. (ابتدا که روغن داخل کانال چکانده می شود ممکن است به علت نرم شدن موم شنوایی کمتر شود ولی بعد از شستشو بهبود پیدا خواهد کرد).

ج) برای شستشو به وسایل زیر نیاز داریم:

۱- یک کاسه بزرگ دارای آب (کمی گرمتر از آب ولرم ولی داغ نباشد)

۲- یک سرنگ که حداقل گنجایش یک استکان آب داشته باشد مناسب است این سرنگ باید طوری باشد که بتوان جریان آب را به داخل گوش هدایت نمائیم.

۳- یک ظرف خالی برای جمع نمودن آبی که از گوش خارج می شود.

د) با سرنگ آب را به داخل کانال گوش با فشار وارد می کنیم و ظرف شستشو را در زیر لاله گوش نگه داشته تا آبی که از داخل کانال گوش خارج می شود جمع آوری نماید و لباس را خیس نماید.

در افراد بزرگسال با یک دست گوش را به بالا و عقب می کشیم و در کودکان لبول گوش را به پایین می کشیم (برای اینکه کانال گوش خارجی به صورت مستقیم در آید).

و با دست دیگر جریان آب را به سقف کانال گوش می فرستیم (اگر فرد همراه بیماریا خود بیمار ظرف جمع آوری آب را بگیرد راحت تر خواهد بود).

جریان آب بایستی با فشار مناسب و به سرعت به داخل گوش رانده شود اما نباید آنقدر پر فشار باشد که باعث درد گوش بشود. سرنگ به طوری باشد که فقط آب داخل آن باشد و هوای آن خارج شده باشد فقط آب از آن خارج شود و اگر هوایی داخل آن است با آب خارج نگردد.

نوک سرنگ باید در دهانه کانال گوش قرار گیرد (اگر نوک سرنگ داخل کانال گوش قرار گیرد ممکن است موجب انسداد کانال گوش شده و آبی که وارد می شود فضائی برای خارج شدن نداشته باشد)

ممکن است موجب پارگی پرده (در گوش‌هائی که پرده گوش آنها مستعد پاره شدن می باشد) شود.

بنابراین نوک سرنگ را حدود نیم سانتی متر خارج از کانال گوش می گیریم و آب را به سقف کانال با فشار می زنیم و معمولا با یک یا دو بار شستشو گوش تمیز نخواهد شد، گاهی لازم است شستشو را برای ۱۰ تا ۲۰ بار حتی ۵۰ دفعه نیز تکرار نمائیم.

موم‌هائی که با آب کهنده می شود در هر مرحله شستشو به داخل ظرف آن خواهد آمد که ممکن است به صورت یک تکه بزرگ و یا قسمتی از یک تکه باشد.

وقتی کار شستشو تمام شد چند نوبت گوش را به طرف پائین کشیده و تکان می دهیم به طوری که بقیه آبی که در کانال باقی مانده خارج شود.

اگر هنوز شنوایی بهبود نیافته احتمال وجود مقداری موم در داخل کانال گوش می باشد و لازم است معاینه شود و اگر جرم وجود داشت دوباره شستشو داده شود.

بعد از شستن باید گوش کاملا خشک شود (تا در گوش آنچه که عارضه گوش شناگران یعنی رشد قارچ‌ها در محیط مرطوب است پیش نیاید). گلیسرین ها دارای اسید منیکه و اسید بوریک هستند تا نمودار شدن کانال گوش مستعد رشد قارچ در محیط اسیدی نشود. ولی برای خشک کردن کانال می توان از چکاندن چند قطره الکل (از یک قطره چکان دارای الکل) استفاده کرد.

پس از ریختن چند قطره الکل لازم است سر را به طرفین چرخانده تا تمام کانال به الکل آغشته شود. این کار موجب می شود که

الکل با قطرات آب داخل کانال مخلوط شده و چون الکل به سرعت تبخیر می شود موجب خشک شدن کانال گوش گردد و میکرب و یا قارچ موجود در کانال نیز اجازه رشد پیدا نمی کنند.

## ۲- شستشو توسط مکش با دستگاه مکنده (ساکشن)

وقتی ترشحات آبکی و شل می باشد ممکن است توسط ساکشن مکیده شود ولی روی پرده با ساکشن کشیده نمی شود و ترشحات آبکی روی پرده توسط میله فلزی که نوک آن پنبه است از روی پرده و اطراف آن ( مخصوصا از گودی که در قسمت تحتانی پرده و کانال قرار دارد تمیز گردد .

جرم در این گودی کانال کم شنوایی زیادی ایجاد می کند که با برداشتن آن شنیدن مجددا به وضعیت قبلی خود بر می گردد .

## ۳- تمیز کردن با ابزارهای خاص

تعدادی از پزشکان برای این که بیماران مراجعه مجدد نداشته باشند و وقت پزشک صرف بیماران دیگر گردد مبادرت به خارج کردن موم های سفت شده گوش توسط وسایل خاص می نمایند.

این پزشکان لازم است شناخت کامل از کانال گوش خارجی و وضعیت پرده تمپان داشته باشند و با آزاد نمودن موم از پوست کانال به آرامی آنرا به طرف خارج کشیده و بیرون می آورند.

در این موقع ممکن است با تکان دادن سر موم گوش تکه شود و بیرون آوردن آن وقت بیشتری بگیرد

ولی اگر مختصر درد موقع خارج کردن تحمل شود و موم به صورت یک تکه از گوش خارج شود

و کم شنوایی (اگر بر اثر موم گوش) ایجاد شده بود بهبود می یابد. گاهی در افراد مسن پس از خارج کردن موم های گوش شنوایی بهتر می شود ولی رضایتبخش نمی باشد.

در این افراد کاهش شنوایی بر اثر سن (ضعف های سلولهای شنوایی یا عصب) ایجاد شده و نیاز به بررسی های بیشتری برای بررسی شنوایی می باشد. شستشوی گوش با آب معمولا توسط پزشکان گوش و حلق و بینی، پزشکان عمومی و در بعضی مراکز توسط پرستاران ورزیده انجام می شود. شما خودتان نیز می توانید کار شستشو را انجام دهید ولی چون ممکن است چندین سال یک نوبت نیاز به این کار بشد ( و یک کار معمولی نیست) بهتر است به دست افراد ورزیده تری که هر روز برای افراد متعددی این کار را انجام می دهند بسپارید، چون احتمال خطر کمتر است.

اگر گوش شما دارای عفونت می باشد و یا سابقه پارگی یا سوراخ شدگی پرده گوش را دارید حتما به متخصص گوش و حلق و بینی مراجعه نموده و سابقه را ذکر نمایید تا توسط پزشک گوش شما بررسی و تصمیم لازم گرفته شود.

## چه گوش هایی نباید با آب شستشو داده شود ؟

معمول بر این است که در گوش هایی که پارگی پرده دارند جرم در گوش جمع نمی شود ( مگر خیلی به ندرت ) اگر سابقه عفونت مزمن گوش داشته اید که پرده گوش سوراخ شده بوده حتما به پزشک معالجتان یاد اوری نمایید

۱- تا از تمیز کردن کانال گوش شما با آب خوداری نماید

چون ممکن است پرده نازکی که در محل پارگی تشکیل شده با فشار آب پاره شود و اگر هم پارگی ترمیم نشده است آب به داخل گوش میانی شما برود و موجب عفونت چرکی در گوش بشود .

## آیا جرم گیری گوش موجب جرم ساز شدن گوش می شود؟

این امر به هیچ عنوان صحت ندارد و در برخی افراد الرژیک گوش ترشح بیشتری دارد و نیاز است جرم گیری بطور مداوم انجام شود و اگر شخص الرژی خود را با مصرف درمانهای ضد الرژیک کنترل نماید احتمال کاهش تولید جرم گوش خواهد بود و گرنه لازم است با ایجاد کاهش شنوایی گوش ها تمیز شوند

## آیا بعد از حمام لازم است داخل گوش را خشک کنیم؟

معمولا چند قطره ابی که داخل گوش می شود خود بخود با هوا خشک می شود و نیازی نیست توسط دستمال کاغذی یا پارچه خشک شود بعضی افراد بعد از استحمام با استفاده از سشوار از فاصله ۲۰ تا ۳۰ سانتی متری داخل گوش را خشک کنند که

مشکلی ایجاد نمی کند ولی از بکار بردن هر گونه وسیله مانند گوش پاک کن و دستمال کاغذی لوله شده برای خشک کردن داخل گوش استفاده ننمایید.

تهیه و تنظیم: واحد ارتقاء سلامت بیمارستان قائم (عج)