**Καλοκαίρι, θάλασσα και φλεγμονές του αυτιού**

Μία από τις πιο συχνές παθήσεις της ειδικότητας της Ωτορινολαρυγγολογίας, κατά τους θερινούς μήνες, είναι η εξωτερική ωτίτιδα. Με τον όρο «εξωτερική ωτίτιδα» εννοούμε το σύνολο των φλεγμονωδών καταστάσεων στο δέρμα του έξω ακουστικού πόρου.

**Κύριες αιτίες για εξωτερική ωτίτιδα το καλοκαίρι:**

Υπάρχουν αρκετοί προδιαθεσικοί παράγοντες που μεταβάλλουν την ποιότητα του επιθηλίου του δέρματος, με αποτέλεσμα την εμφάνιση φλεγμονών από μικρόβια, ιούς και μύκητες. Ειδικότερα, το καλοκαίρι**, η άνοδος του ΡΗ του δέρματος** πάνω από 6.0, σε συνδυασμό με την **αυξημένη υγρασία**, **την υψηλότερη θερμοκρασία,** την αυξημένη ενασχόληση με τα **θαλάσσια σπορ** και την κακή συνήθεια με **τη χρήση της μπατονέτας** δικαιολογούν την έξαρση των περιστατικών εξωτερικής ωτίτιδας.

**Συμπτώματα εξωτερικής ωτίτιδας:**

Το κυριότερο σύμπτωμα της εξωτερικής ωτίτιδας είναι **ο πόνος**. Οι ενήλικες ασθενείς περιγράφουν τον πόνο αυτό ως διαξιφιστικό, που επιδεινώνεται με την έλξη του πτερυγίου, ενώ τα μικρά παιδάκια, που δεν μπορούν εύκολα να εκδηλώσουν τι αισθάνονται, **συνήθως πιάνουν τα αυτάκια τους, κλαίνε, είναι πιο ευερέθιστα, έχουν μειωμένη ακοή ή και αυξημένη έκκριση υγρού από το αυτί.**

Άλλα συμπτώματα είναι η **ερυθρότητα** και ο **κνησμός** του αυτιού. Ακόμη, ο έξω ακουστικός πόρος του αυτιού εμφανίζει **άλγος κατά τη διάνοιξη του στόματος ή κατά τη μάσηση** της τροφής, καθώς και αίσθημα πληρότητας **(βουλωμένο αυτί).** Πιο σπάνια εμφανίζονται συμπτώματα συστηματικής φλεγμονής (π.χ. πυρετός).

**Θεραπεία:**

Οι φλεγμονές του αυτιού κατ’ αρχήν, θα πρέπει να αντιμετωπίζονται από γιατρό. Στο σπίτι, η χρήση αναλγητικών μπορεί να καταπραΰνει τον πόνο και να μειώσει την ενόχληση προσωρινά. Η θεραπεία συνίσταται στον **καλό καθαρισμό του αυτιού από τον ΩΡΛ, στην αποφυγή της υγρασίας στο αυτί και τη διακοπή χρήσης μπατονέτας.** Στην περίπτωση της ωτομύκωσης, που οφείλεται σε μύκητες, αντενδείκνυται η χρήση αντιβίωσης και συνίσταται η χορήγηση **αντιμυκητιασικών σταγόνων**, ο καλός καθαρισμός του αυτιού και η αποφυγή της υγρασίας. Στην πιο σπάνια περίπτωση της **κακοήθους εξωτερικής ωτίτιδας,** που εμφανίζεται κυρίως σε ασθενείς με σακχαρώδη διαβήτη, είναι απαραίτητη η **χορήγηση και αντιβίωσης** από το στόμα.

**Μπορεί να προληφθεί η εξωτερική ωτίτιδα;**

Για να απολαύσετε το καλοκαίρι, τη θάλασσα και τις βουτιές στο νερό, χωρίς να κινδυνεύσετε από εξωτερική ωτίτιδα, θα πρέπει να αφιερώνετε χρόνο για να στεγνώνετε τα αυτιά, τα δικά σας και του παιδιού σας, μετά την επαφή των αυτιών με το νερό. Επίσης αντενδείκνυται η χρήση μπατονέτας. Τέλος, καλό θα είναι να αποφύγετε το κολύμπι σε θάλασσες που δεν είναι καθαρές και σε πισίνες που δεν είστε βέβαιοι για τη σωστή συντήρησή τους.

**Κουτρούπας Κωνσταντίνος**

**Χειρουργός Ωτορινολαρυγγολόγος**

**Μ.Αλεξάνδρου 38,**

**Κατερίνη 2351023959, 6978791434**