

Mama, boli mě uho!

Priručník za roditelje
o bolestima uha u djeteta



Sadržaj

3	Uvodnik
4	Nisita
6	Malo anatomije za uvod
7	Što je otalgija?
8	Upala uha
	Kako prepoznati pravu upalu uha? / 8
	Upala vanjskog uha / 9
	Kako spriječiti ponavljanje upale vanjskog uha? / 10
11	Vaxol
	Upala srednjeg uha / 12
	Problem funkcije Eustahijeve cijevi u dječjoj dobi / 12
	Koji su očekivani ishodi upale srednjeg uha? / 13
	Liječenje akutne upale srednjeg uha / 14
16	Nosi set
18	Najčešće nedoumice
24	Otovent
26	Prospan

Dragi roditelji, ovaj priručnik namijenjen je Vama koji s velikom pažnjom, ljubavlju, ali i strahom, skrbite o svojoj djeci.

Jedan od najčešćih razloga posjeta pedijatru i/ili otorinolaringologu upravo je uhobolja ili otalgija (lat. otalgia), koja kao po pravilu započinje naglo, nenajavljeni, obično vikendom, na ljetovanju ili zimovanju... Baš kad ste pomislili da je došlo vrijeme za zasluzeni odmor, bolan plač djeteta znak je za uzbunu. Je li to stanje koje baš uvijek zahtijeva hitan odlazak lječniku te s pravom izaziva paniku i nesigurnost, pokušat će Vam odgovoriti te pojasniti ukratko, jednostavno i nadam se korisno, za dobrobit Vaše djece, mojih malih prijatelja i bolesnika.



AUTORICA TEKSTA

prof. dr. sc. **Željka Roje**,
pročelnica Kliničkog odjela za dječju
otorinolaringologiju Klinike za bolesti uha,
nosa i grla s kirurgijom glave i vrata KBC
Split, izvanredna profesorica na Katedri za
otorinolaringologiju Medicinskog fakulteta
Sveučilišta u Splitu



Mama,
boli me
uhو!

Brošura je napravljena u suradnji
s tvrtkom **Salveo** d.o.o.

Nisita®



Pažljivo pročitati uputu.

Želimo da svatko na brz i siguran način riješi problem suhog i začepljenog nosa i osjeti blagodati pravilnog disanja, osiguravajući kvalitetna i efikasna rješenja u obliku praktičnog Nisita spreja i jedinstvene Nisita masti za nos. Blagog, fiziološkog sastava koji ne iritira sluznicu, bez potisnog plina i konzervansa za jednostavno i ugodno apliciranje od prvog dana života. Pomozite nosu da prodiše s Nisitom!

Kako pravilno koristiti sprej za nos?

Stavite dijete u udoban položaj, pazeći pritom da se ne može samovoljno izmicati.

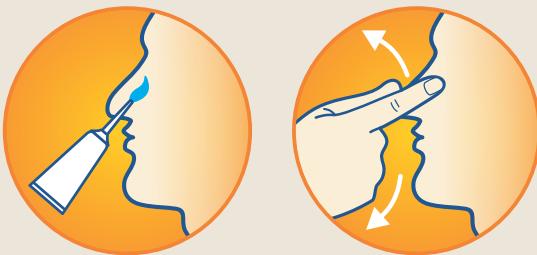
Prstom ruke začepite jednu nosnicu laganim pritiskom izvana, a u drugu nosnicu umetnите nastavak spreja za nos (ne preduboko) te pritisnite nekoliko puta. Ponovite postupak i drugu nosnicu.

Taj postupak možete ponavljati nekoliko puta dnevno, s obzirom na to da fiziološka ili izotonična otopina ima funkciju čišćenja nosa od sekreta i vlaženja sluznice nosa, što će djetu omogućiti lakše disanje, a dio je i obvezne higijene nosa kod male djece.



Kako pravilno koristiti mast za nos?

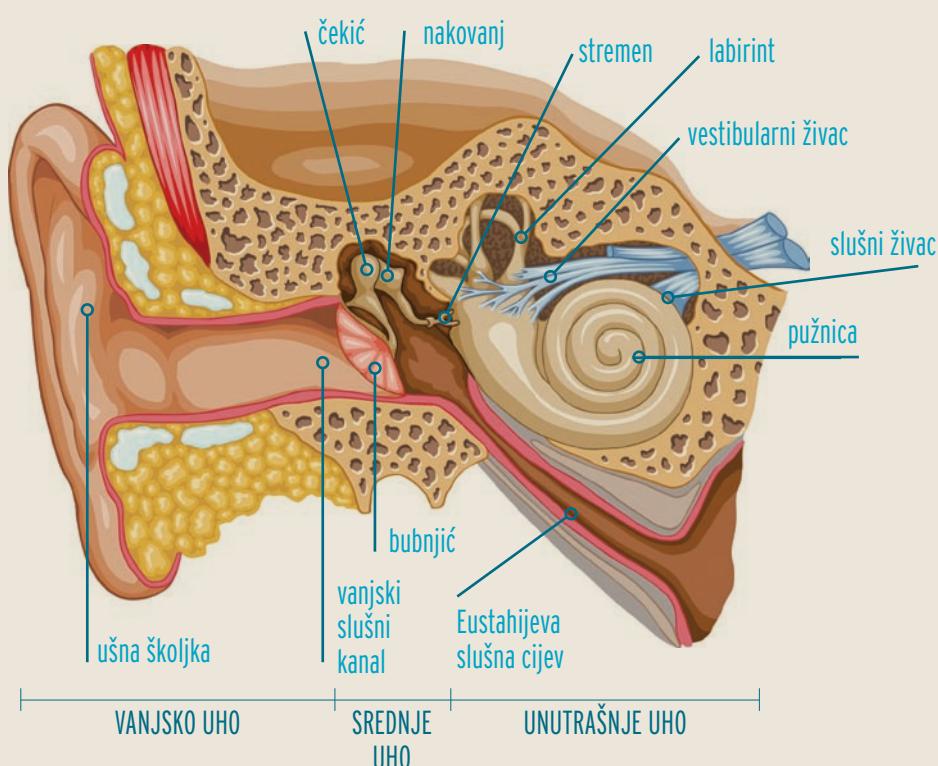
Mast za nos može se koristiti kod djece od najranije dobi. Nastavak tube plitko umetnите u nosnicu i istisnite malu količinu masti (2-3 mm). Masažom nosnica izvana rasporedite mast s unutarnje strane nosnica, a višak uklonite maramicom.



Malo anatomije za uvod

Uho je podijeljeno na tri dijela: vanjsko (uška i zvukovod), srednje (bubnjić i slušne koščice) i unutrašnje uho u kojem se nalaze pužnica i centar za ravnotežu. Tanka opna ušnog bubnjića dijeli vanjsko uho od srednjeg. Prostor srednjeg uha je Eustahijevom cjevcicom (tubom) povezan sa stražnjim dijelom nosa i predstavlja funkcionalnu cjelinu s nosom i dišnim sustavom.

Shema presjeka kroz anatomske strukture uha



Što je otalgija?

Otalgijski bol u uhu je subjektivan osjećaj bola u uhu. Nastaje kao rezultat bolesti ušnih struktura (primarna uhobolja) i bolesti okolnih anatomske struktura s kojih se bol prenosi prema uhu (sekundarna ili prenesena uhobolja). U dječjoj dobi češće su primarne, a u odrasloj sekundarne uhobolje.

Uzroci primarne i sekundarne uhobolje u dječjoj dobi

Primarna otalgija	Sekundarna otalgija
upala vanjskog uha	bolesti zubala i zubnog mesa
strano tijelo u vanjskom uhu	bolesti temporomandibularnog zgloba
„čep“ ušne smole u zvukovodu	strana tijela i tumori korijena jezika i tonsila
upala srednjeg uha	upale usne šupljine i ždrijela
„podtlak u srednjem uhu“	upale grkljana i sinusa

Važno je zapamtiti ...

- > Svaka uhobolja nije upala uha.
- > Svaka upala uha ne zahtijeva antibiotsko liječenje.

Upala uha

Kako prepoznati pravu upalu uha?

Iz ranije navedenog jasno je da valja razlikovati upalu vanjskog od upale srednjeg uha.

Nekoliko
osnovnih
razlika ...

Simptom	Upala srednjeg uha	Upala vanjskog uha
temperatura	++	-
bol	++	+++
iscjedak iz uha	+/-	+/-
znaci prehlade nekoliko dana	+++	-

(- bez simptoma, +/- povremeno izražen simptom / ++, +++ slabo do jako izražen simptom)

U tablici se vidi da nema upale srednjeg uha bez prethodne prehlade i začpljenog nosića. Jednako tako, upala srednjeg uha u dječoj dobi ima izražene opće simptome (temperaturu, malaksalost, gubitak teka, povraćanje, proljev).

Da biste znali prepoznati pravi problem u sljedećih nekoliko stranica, upoznat ću Vas s osnovama upale vanjskog i srednjeg uha u djece i onim što Vi kao roditelj možete u tom slučaju učiniti za svoje dijete.

Upala vanjskog uha

Upala vanjskog uha predstavlja upalu kože zvukovoda, koja je vrlo tanka i bez potkožnog masnog tkiva te čvrsto srasla s kosti i hrskavicom.

Zbog toga je koža vanjskoga slušnog hodnika izrazito osjetljiva na bol. Dijete navodi osjećaj nelagode koja ima raspon od svrbeža do vrlo jake boli koja se pojačava pomicanjem uha, otvaranjem usta i žvakanjem. Tijekom upale koža zvukovoda se zacrveni i otekne, što dovodi do zatvaranja kanala kojim zvuk putuje do srednjeg uha, pa zbog toga dijete slabije čuje. Uz to se može javiti i iscijedak iz uha.

Upale vanjskog uha češće su ljeti, a zimi obično samo u one djece koja se bave vodenim sportovima (bazi), jer stalna vlažnost uha predstavlja podlogu za razvoj bakterija i gljivica.

Rijetko se javljaju u djece mlađe od godinu dana.



Akutna upala vanjskog uha. Vidi se crvenilo i otečenost kože zvukovoda uz proziran sekret iz uha te ostatke ušne smole.

Nekoliko mudrih ...

- > Ako ste na ljetovanju i Vaše se dijete nakon kupanja žali na bol u uhu, nema temperaturu i nije mu začepljen nos, vjerojatno ima upalu vanjskog uha.
- > Probali ste ukapati kapi u uho, ali jednostavno ne prolaze? Vjerojatno je koža zvukovoda jako otečena, a kanal u cijelosti zatvoren, pa kapi ne mogu ući. U tom slučaju otorinolaringolog će u zvukovod postaviti trakicu s antibiotskom i protuupalnom masti kako bi se postiglo otvaranje kanala, što će omogućiti daljnje liječenje kapima. Trakica ostaje u uhu dva dana.
- > Tijekom upale vanjskog uha ne možite bolesno uho. Zaštiti ga vatrom koju s vanjske strane možete premazati vazelinskom kremon.
- > Obavezno djetetu dajte sredstvo protiv боли (ibuprofen, paracetamol) na usta dok se upala ne smiri.

Kako spriječiti ponavljanje upale vanjskog uha

1. **Ne čistite uši štapićima za uho ni bilo čim drugim** (ukosnicama, čačkalicama, pincetama) jer na taj način možete oštetići kožu zvukovoda i omogućiti ulaz bakterija i gljivica u kožu, što uho predisponira upali!

Osim toga štapićima „nabijate“ ušnu smolu do bubenjića, odakle više ne može izići prirodnim putem (pomicanjem zvukovoda tijekom govora, plakanja, zijevanja i žvakanja), a to dovodi do daljnog osjećaja nelagode i zaglušenosti. Ušna smola (cerumen) čisti se samo s onog dijela uške i zvukovoda koji je dostupan pogledu (to se napravi prstom omotanim u gasicu)! Dobro je da su uši malo „zamašćene“ ušnom masti — ona ima protubakterijsko djelovanje. Ponekad možete koristiti blaga sredstva za otapanje cerumena (ceruminolitike).

Stari otorinolaringolozi kažu: „Ne stavljam u uho ništa manje od laktal!“

- | | | |
|--|--|---|
| 2. Ne perite uši sapunom i/ili šamponom — odmašćena je koža osjetljivija na infekcije, a smanjuje se i kiselost kože, čime se gubi njezina prirodna zaštita. | 3. Nakon kupanja obrišite uho kako je već rečeno te svaku ušku i zvukovod sušite sušilom za kosu podešenim na najmanju snagu i udaljenim 30 cm od uha. Bakterije i gljivice ne mogu rasti bez vlage. | 4. Vodite računa o higijeni slušalica za uši koje starija djeca redovito razmjenjuju. |
|--|--|---|

- > **Liječenje upale vanjskog uha gotovo uvijek je lokalno (masti, kapi), uz uzimanje analgetika na usta, i traje oko sedam dana. Samo u slučaju vrlo jake upale potrebno je davati antibiotik na usta.**
- > **Nakon sanacije upale dijete uredno čuje.**

VAXOL™

SPREJ ZA UHO
s maslinovim uljem



Pažljivo pročitati uputu.

**Svi znamo koliko može biti iscrpljujuće kada neko u okruženju
zbog začepljenih ušiju slabije čuje. Zato Vam nudimo
dragocjeni sastojak iz prirode, koji razmekšava cerumen,
ugodno oblaže ušni kanal i omogućava njegovu prohodnost.
Naše maslinovo ulje farmaceutske kvalitete nalazi se u bočici
Vaxol spreja za uho, koja jedinstvenim sistemom doziranja
garantira sigurnost i lakoću primjene.**

Upala srednjeg uha

Kao što je rečeno u uvodu, srednje uho predstavlja funkcionalnu cjelinu s dišnim sustavom. To znači da kad je bolestan nosić (prehlada), bit će bolesno i srednje uho, jer se potpuno ista sluznica nalazi u nosu, nosnom ždrijelu i šupljini srednjeg uha.

Ključnu ulogu u nastanku upale srednjeg uha ima Eustahijeva cijev jer povezuje srednje uho i nosni dio ždrijela u kojem se u djece nalazi tzv. treći krajnik (treća mandula), koji pak dodatno onemogućava normalnu funkciju Eustahijeve cijevi i predstavlja pravi „rezervoar“ bakterija potencijalnih uzročnika upale. Eustahijeva cijev ima zadatak izjednačavati tlak između srednjeg uha i vanjskog zraka (preko nosa). U slučaju začepljenja Eustahijeve

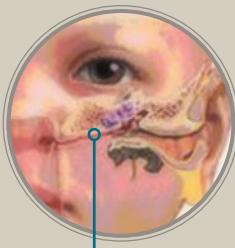
cijevi zrak ne ulazi u šupljinu srednjeg uha, a produkti žljezda i sluznih stanica u sluznici srednjeg uha ne mogu se „otplaviti“ i zaostaju u uhu. Tako nakupljena tekućina predstavlja jako dobru podlogu za rast bakterija te su djeca s takvim problemom podložnija upalama. Problem je izrazitiji u djece koja boluju od alergijskog rinitisa jer je njihova Eustahijeva cjevčica češće začepljena zbog alergijske upale.

Problem u funkciji Eustahijeve cijevi u dječjoj dobi

U beba i male djece Eustahijeva cijev mnogo je kraća i nalazi se pod drugačijim kutom nego u odraslih. Iz tog razloga bakterijama je lakše seliti se iz nosa i grla prema srednjem uhu. Kako dijete raste, cjevčica postaje više okomita, tako da bakterije moraju ići više „uzbrdo“ kako bi došle do srednjeg uha. Zato starija djeca i odrasli rjeđe imaju upale uha.

Položaj
Eustahijeve
cijevi u
djece i
odraslih

(preuzeto s www.drharis.ucsd.edu)



Eustahijeva cijev u djeteta



Eustahijeva cijev u odraslih

Akutna upala srednjeg uha javlja se u 13% djece mlađe od tri mjeseca, u 67% djece do 12 mjeseci starosti, a 46% djece ima tri ili više upala uha do navršene treće godine.

Što je dijete manje, izraženiji su opći simptomi bolesti.

Shema nastanka akutne upale srednjeg uha



Šupljina srednjeg uha sa svih je strana okružena kostima, osim prema zvukovodu, gdje se nalazi bubenjić. Bubenjić je tanka opna koja uslijed progresivna nakupljanja sekreta i susjednog porasta tlaka može puknuti, što u djeteta dovodi do smanjenja ili prestanka boli, ali u roditelja izaziva paniku zbog curenja sukrvava i gnojna sadržaja iz uha. U takvu slučaju ne treba paničariti jer je to očekivani događaj i samo jedan od mogućih scenarija akutne upale srednjeg uha. Ako se upala primjereno liječi, bubenjić će u cijelosti zacijeliti za par dana.

Koji su očekivani ishodi upale srednjeg uha?

- | | | | |
|--|--|---|--|
| 1.
Izlječenje
nakon
upale bez
ikakvih
posljedica
na sluh. | 2.
Djelomično
izlječenje s
ponavljanjem
upale u
kratkom
roku. | 3.
Zaostajanje
kronične
upale s
perforacijom
bubnjića
(rijetko!). | 4.
Izlječenje akutne upale, ali
zaostajanje sekreta u srednjem uhu
dulje od tri mjeseca, što dovodi
do slabljenja sluha (sekretorni
otitis) i potrebe za postavljanjem
ventilacijskih cjevčica u uho. |
|--|--|---|--|

> Iz svega navedenog jasno je da ključ prevencije i liječenja upale srednjeg uha i očuvanja sluha u djeteta leži u očuvanju funkcije Eustahijeve cijevi. Zato je cijele godine nužno održavati prohodnost nosića ispiranjem i eventualnom primjenom pumpe pod negativnim tlakom u jako male djece koja ne znaju ispuhati nos. Svom djetetu možete pomoći i nepušenjem, jer je pasivno pušenje jedan od važnih čimbenika nastanka akutne i kronične upale srednjeg uha u dječjoj dobi.

Liječenje akutne upale srednjeg uha

Glavni ciljevi liječenja jesu suzbijanje osjeta boli, uspostavljanje prohodnosti Eustahijeve cijevi i uništavanje bakterija.

1. SUZBITI OSJET BOLI

To je najvažnije za roditelja i dijete na samom početku liječenja. Roditelj samo želi da dijete prestane bolno plakati, da počne jesti, da bude raspoloženo, da mirno spava... To ćete postići davanjem analgetika na usta ili u obliku rektalnih čepića. Isti će lijek sniziti i povišenu tjelesnu temperaturu. Uz to se mogu primjeniti i anestetičke kapi za uši, one će na sat-dva umrvtiti osjet u bubnjiću i tako umanjiti bol. Ako iz uha curi gnoj ili bilo kakva tekućina, NAVEDENE KAPI NEMOJTE STAVLJAJTI!

2. USPOSTAVITI PROHODNOST EUSTAHIJEVE CIJEVI

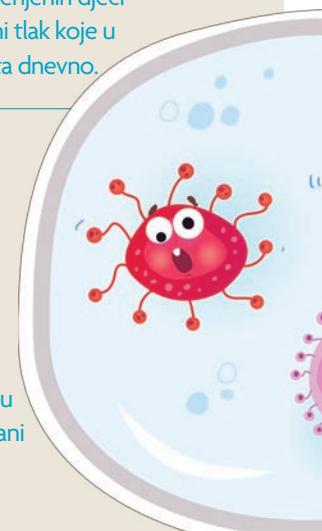
Taj cilj je već ranije potanko objašnjen i bez obzira na to što je naizgled banalan, nemojte ga zanemarivati. Budite ustrajni, strpljivi i pedantni, to je jedini način da pomognete svom djetetu. Nijedan antibiotik ne može zamijeniti dobru toaletu nosa i Eustahijeve cijevi! Postupak je prilično neugodan i za Vašu bebicu i za Vas, ali, vjerujte, višestruko se isplati. Jednom kad sviladate tehniku, sve ćete obavljati bez pola muke, a svom ćete djetetu prevenirati brojne bolne epizode upale uha i sebe poštedjeti od trčanja u hitnu službu usred noći. Koristite bilo koji od pripravaka fiziološke otopine i morske vode namijenjenih djeci u kombinaciji s pumpicama na negativni tlak koje u akutnoj fazi možete primijeniti više puta dnevno.

3. UNIŠТИTI BAKTERIJE

Antimikrobro lječenje poduzima se samo u slučaju bakterijske infekcije. U djece mlađe od dvije godine antibiotik se uključuje bez čekanja ako postoje jasni znaci infekcije. U starije djece stav je: prati i čekaj (engl. watchfull waiting), naruči na kontrolu za dva dana, jer je velik broj infekcija gornjih dišnih putova virusne etiologije i proći će sam od sebe bez antibiotičke pomoći. Racionalna primjena antibiotika ima važnost i za dijete kao pojedinca (nema nuspojava) i za zajednicu u cjelini (smanjuje se otpornost bakterija na antibiotike). Zato nemojte biti razočarani ako u hitnoj službi dobijete samo kapi za nos i analgetik. Liječnik koji Vam je to propisao dobro zna što radi. Nemojte inzistirati na antibiotiku.

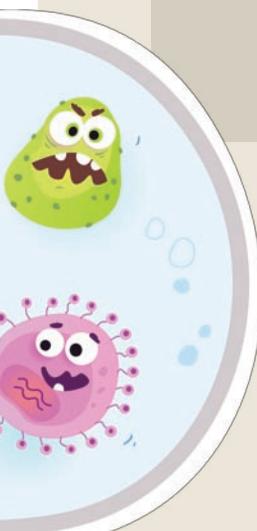
Ako je propisan, antibiotik treba dati u punoj dozi. Čak i ako se dijete osjeća bolje nakon 2-3 dana, najbolje je da dovršite barem sedam dana liječenja kako biste bili sigurni da se upala neće vratiti. Ako je djetetu bolje nakon samo jedne doze antibiotika, znači da antibiotik nije ni trebao.

Lokalno antimikrobro lječenje (kapi za uho) ima smisla propisati samo ako dijete ima puknuti bubnjić ili ako ima cjevčice u ušima. Pri tome valja biti oprezan jer su neke kapi ototoksične i ne smiju se primjenjivati na „otvoren” bubnjić zbog mogućeg oštećenja unutarnjeg uha i gubitka sluha.



Nekoliko mudrih ...

- > **Začepljena Eustahijeva cijev dovodi do stvaranja podtlaka u srednjem uhu**, a to dovodi do bolnog osjeta u djece i osjećaja zaglušenosti (kao kad mijenjate nadmorskú visinu). Zbog građe Eustahijeve cijevi u djece te su promjene još izrazitije negoli u odrasloj dobi (zato male bebe plaču pri polijetanju i slijetanju aviona, a ne zbog straha od aviona).
- > **Da bi smetnje prestale, dovoljno je „odčepiti“ Eustahijevu cijev**: očistiti nosić i nosni dio ždrjela, dati analgetik na usta i/ili ukapati analgetske kapi u uho, i bol će prestati.
- > **Primjena antibiotika nije potrebna ako nema općih simptoma infekcije** (temperatura, slabost, malaksalost, povraćanje, proljev).
- > **Najvažnije**: nema nikakva smisla dovoditi dijete ravno iz kreveta, u pidžamici, usred noći, po hladnoći, kiši ili vjetru u hitnu službu. Tek na taj način riskirate „pravu“ upalu srednjeg uha! Pokušajte ostati „hladne glave“, procijeniti stvarnu boljku i svojim postupcima najmanje naštetići djetetu.
- > **Dijete odmah odvedite liječniku** ako neutješno plače, ima temperaturu, začepljen nos gnojnim sekretom, ne jede, ne spava, ima proljev i/ili povraća!



Savjeti za roditelje

- > Nemojte pušiti. (To je dobro i za Vaše zdravlje i za zdravlje Vašeg djeteta.)
- > Redovito perite ruke sebi i djetetu prije bilo kakvih manipulacija u bebinu nosiču i oko njega (čišćenje, brisanje, ispiranje, aspiracija sekreta) jer na rukama ima puno bakterija.
- > Ne ljubite svoju bebicu ako ste prehlađeni ili imate upalu grla.
- > Stavljanje kapica i zamatanje ušiju šalovima neće sprječiti upalu srednjeg uha. Ona dolazi „iznutra“ - iz nosa i treće mandule, a za tako nešto ne postoje kapice.
- > Budite spremni na češće upale srednjeg uha mlađeg djeteta imate li starije dijete koje pohađa školu ili vrtić. Starije dijete „donosi“ kući brojne viruse i bakterije od kojih ne obolijeva jer ima razvijen lokalni imunitet, ali mali braco ili seka ga nemaju te se lako razbole kao „nevini promatrači.“
- > Ako vodite dijete u jaslice i vrtić, očekujte u prvih nekoliko mjeseci „seriju upala grla i uha“. To je vrijeme prilagodbe na novo epidemiološko okruženje. Ne očajavajte, samo se mali broj djece mora isključiti iz vrtića ili jaslica jer imunološki ne može odgovoriti uvjetima povećane izloženosti patogenim bakterijama.

Nosi® set



Pažljivo pročitati uputu.

Želimo bebama koje imaju začepljeno nosić pomoći, jer jedino čist i prohodan nos omogućava pravilno disanje, hranjenje i miran san. Omogućavamo sigurno i djelotvorno rješenje u obliku Nosi set aspiratora za nos, jednostavan za upotrebu i čišćenje, od prvog dana života bebe.

Kako pravilno koristiti aspirator za nos?



- 1.** Prije upotrebe aspiratora potrebno je dobro isprati nos izotoničnom otopinom.
- 2.** Spojiti dijelove aspiratora.



- 4.** Djetetu zatvoriti jednu nosnicu, a u drugu staviti uži nastavak aspiratora, uz već uključen usisavač.

Preporučuje se pri usisavanju sekreta vršak aspiratora staviti sa strane nosne šupljine, položeno prema dolje, jer se sekret zbog težine sakuplja u dnu nosne šupljine.



- 5.** Rastaviti dijelove aspiratora i oprati pod mlazom vrele vode.

Najčešće nedoumice

Kako razlikovati upalu uha od rasta zubića?

Umorni ste od toga da svoju nemirnu bebu svaki čak vodite k liječniku da provjeri „jesu li u pitanju uši” ili nicanje zubića? Ako su u pitanju zubići, prisutni su sljedeći simptomi:

- > Bol se obično prvi put javi u dobi od četiri mjeseca i povremeno se pojavljuje sve dok djetetu ne izrastu kutnjaci.
- > Povlačenje ušiju ili kopkanje po njima, a dijete nema povišenu temperaturu ni simptome prehlade. Dijete mlađe od godinu dana ne može procijeniti odakle dolazi neugoda: desni ili uho.
- > Stavljanje šaćica i prstića u usta uz obilnu produkciju sline u ustima, koja se „u potocima” cijedi niz bradu.
- > Nemir ili buđenje tijekom noći u djeteta koje nema povišenu temperaturu ni simptome prehlade.

Zašto se moje dijete stalno hvata za uši?

Najčešće je u pitanju samo radoznalost. Ako dijete dira uške i stavlja prstić u zvukovod bez nelagode, zanemarite. Ako se pri tom mršti, plače, stenje, u pitanju je bolnost ili začepljeno u uhu (upala vanjskog uha, začepljena Eustahijeva cijev i podtlak u srednjem uhu, velika količina ušne smole koja zatvara zvukovod, upala srednjeg uha...). Ponekad je u pitanju i rast zubića kako je ranije objašnjeno.

Kako ću prepoznati problem sa sluhom u malog djeteta?

Sva novorođenčad prolazi neposredno nakon rođenja tzv. probir na sluh u svim našim rodilištima. Informirajte se o tome za vrijeme boravka u rodilištu.



Zašto neka djeca trebaju cjevčice u ušima?

Djeca trebaju cjevčice u ušima u slučaju dijagnoze **sekretornog otitisa** (SO), ali ne uvijek. (više o cjevčicama na 21. str.)

Sekretorni otitis najčešća je kronična upalna bolest srednjeg uha i jedna od najčešćih dijagnoza u djece mlađe od 15 godina. Predstavlja najčešći uzrok oštećenja sluha u predškolske djece. Učestalost se kreće između 15 i 40 posto u djece predškolske dobi.

Brojni su sinonimi pod kojim ga možete naći na internetu: katar srednjeg uha, tubotimpanalni katar, "glue ear", "mucoid ear", otitis media s efuzijom. Može zaostati nakon akutne upale srednjeg uha, ali može nastati tiho i polagano bez upozorenja u smislu upale, već samo dolazi do progresivnog oštećenja sluha.

Za razumijevanje nastanka ovog tipa upale pročitajte ponovno onaj dio o funkciji Eustahijeve cijevi i njene uloge u nastanku akutne upale. I ovdje vrijede ista pravila, samo što je funkcija Eustahijeve cijevi dulje kompromitirana i kao rezultat toga tekućina u srednjem uhu zaostaje mjesecima.

Ta je tekućina isprva vodenasta, ali kako vrijeme prolazi, postaje sve gušća, gelatinozna i onemogućava normalnu pokretljivost slušnih koščica te je time oslabljen prijenos zvuka u unutarnje uho. Ako takvo stanje potraje, oko slušnih koščica i zglobova dolazi do stvaranja priraslica i trajnog oštećenja lanca prijenosa zvučnog signala u srednjem uhu, a da dijete nikada nije imalo akutnu upalu srednjeg uha. Najčešće se javlja u djece s velikim trećim krajnjikom i u djece koja boluju od alergijskog rinitisa.

VAŽNO!

Treba naglasiti da nakon jedne akutne upale uha sekret zaostaje u srednjem uhu dva tjedna u 70 posto djece, jedan mjesec u 40 posto, dva mjeseca u 20 posto i tri mjeseca u 10 posto djece.

To praktično znači da nije uputno ispitivati sluh djetetu neposredno nakon upale jer se može dobiti lažno pozitivan nalaz koji će izazvati bezrazložan strah i paniku u roditelja.

Kada posumnjati na sekretorni otitis?

Dragi roditelji, gledajte i slušajte svoje dijete. Vi ga najbolje poznajete i liječnicima je jako važan Vaš iskaz o djietetovim bolestima i problemima. Prepozname li svoje dijete u nekoj od sljedećih situacija, dovedite ga na otorinolaringološki pregled:

- > **Usporen razvoj govora (možda dijete ne govori jer ne čuje dobro), pogrešno izgovaranje pojedinih glasova ili riječi (iskriviljeno čuje, pa iskriviljeno i ponavlja).**
- > **Pojačava jačinu zvuka na televizoru i približava mu se na neprimjerenu udaljenost.**
- > **Ne odgovara na ponavljane pozive i naredbe. Treba znati da se dijete tako ponaša zato što ne čuje, a ne zato što je neposlušno.**
- > **Jako glasno govori i obično ne želi razgovarati telefonom.**
- > **Dok mu se obraćate, gleda u Vaše usne (čita s usana).**

Što učiniti kod sumnje na sekretorni otitis?

Potreban je pregled otorinolaringologa koji će procijeniti:

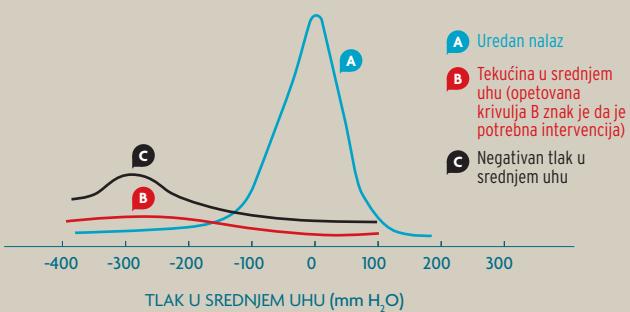
- > veličinu i kvalitetu trećeg krajnika
- > izgled i pokretljivost bубњица
- > orientacijski ispitati sluh (špat na jedno pa na drugo uho skrivajući usta od djetetova pogleda – djeca vrlo brzo nauče čitati s usana kako im slab sluh!).

Temeljna pretraga u postavljanju dijagnoze sekretornog otitisa je timpanometrija, kojom se mjeri sposobnost izjednačavanja tlaka u srednjem uhu. Pretraga je bezbolna i kratko traje. Osim za diagnosticiranje bolesti vrlo je korisna za praćenje rezultata liječenja u razmacima od mjesec dana. Ako dulje od tri mjeseca uza sve poduzete mjere konzervativnog liječenja (više na 20. str.) u timpanogramu i dalje nema poboljšanja u nalazu, preporučuje se kirurško liječenje (više na 19. str.). Valja napomenuti da timpanometrija ne ispituje sluh djeteta, već stanje unutar srednjeg uha (tlak, volumen, sadržaj u uhu, podatljivost bубњiça) koje posredno može dovesti do slabljenja sluha.

Nalaz

Vašeg djeteta izgledat će nekako ovako (kažu roditelji "Brojke i slova")

- > Mala djeca ne mogu napraviti tonski audiogram ("pravi snimak sluhu u kabini") zbog smanjene suradljivosti.



Kako liječiti sekretorni otitis ?

Liječenje može biti konzervativno i kirurško.

Kao i inače u medicini, prvi terapijski pristup je konzervativan, a tek potom, ako se konzervativno liječenje pokaže neučinkovitim, odlučuje se za kirurško liječenje. Osnovni cilj bilo kojeg oblika liječenja jest postizanje drenaže i ventilacije srednjeg uha.

KONZERVATIVNO LIJEČENJE

sekretornog otitisa uključuje:

- > primjenu "običnih" kapi za nos
- > ispiranje nosa i nosnog ždrijela fiziološkom otopinom
- > propuhivanje (autoinflacija/puhanje Otovent balona)
- > lijekove koji razrjeđuju sekret (mukolitici)
- > uzimanje odgovarajućih antibiotika ili intranasalnih kortikosteroida u obliku spreja, koji su učinkoviti samo u djece koja boluju od alergijskog rinitisa.

Najčešće koristimo kombinirani pristup primjenjujući sve navedene metode liječenja!

Uz to, živite li na moru, nemojte zaboraviti da je morska voda hipertonična otopina koja odlično djeluje u smislu smanjenja otekline sluznice gornjih dišnih putova, smanjenja veličine treće mandule ako nije kronično inflamirana, i u skladu s time velika je pomoć u liječenju sekretornog otitisa.

Nerijetko moji nalazi i terapijske preporuke za liječenje sekretornog otitisa u ljetnim mjesecima izazivaju čudjenje roditelja jer izgledaju ovako:

- > Kupanje i ronjenje u moru!
- > Žvakati žvakaču gumu jedan sat dnevno! (Naravno, bez šećera!)
- > Zijevali!
- > Puhati Otovent balon tri puta dnevno!

Konzervativno liječenje

- > **OBIČNE (VAZOKONSTRIKCIJSKE) KAPI ZA NOS** obično nemaju utjecaja na konačan ishod sekretornog otitisa. Njihova je najveća vrijednost u akutnim stanjima.
- > **ISPIRANJE NOSA** služi za mehaničko pročišćavanje i vlaženje nosne sluznice kako bi se lakše oslobođila ušća Eustahijevih cijevi i razrijedio sekret u nosu koji se onda lakše aspirira "usisavaćem za nos".
- > Smatra se da trotjedno korištenje **MUKOLITIKA** može razrijediti sekret u šupljinici srednjeg uha te se na taj način olakšava njegovo pražnjenje preko Eustahijeve cijevi.
- > **ANTIBIOTICI** mogu biti učinkoviti u liječenju sekretornog otitisa ako je on posljedica nezalijećene akutne upale uha. Budući da se u sekretu u bubnjištu nerijetko može izolirati neki od najčešćih uzročnika akutnog otitisa (*Moraxella catarrhalis, Haemophilus influenzae, Streptococcus pneumoniae*), postoji etiološka pretpostavka koja može opravdati taj terapijski pristup.
- > **KORTIKOSTEROIDNI SPREJEVI** u liječenju sekretornog otitisa, učinkoviti su samo u djece koja imaju alergijski rinitis.
- > **AUTOINFLACIJA (PROPUHIVANJE)**, iako naizgled najbanalnija, ujedno je i najučinkovitija mjera liječenja. Da biste bolje shvatili što treba raditi Vaše dijete, prisjetite se kako čujete i kako se osjećate pri polijetanju ili slijetanju aviona kada ste prehladeni te što radite da biste sami sebi pomogli. Zijeivate, žvacete i radite tzv. pokus po Valsalvi, kada zatvorenog nosa i usta upuhujete zrak u srednje uho i odahnete kad Vam "pukne nešto" u uhu. To što je puklo jest zrak koji ste forisirano doveli u srednje uho savladavajući na taj način zatvorenu Eustahijevu cijev.

Nažalost, mala djeca najčešće ne mogu izvesti ovaj manevr jer mnoga ne znaju ni ispuhati nos. Zato nam je trebalo učinkovito sredstvo kojim bismo na jednostavan i djetetu prihvatljiv način obavili isto u vidu kalibriranog balona koji se puše "na nos", a ne "na usta". Što je djeci jako zanimljivo i izazovno te lako svladaju tehniku već od treće godine života. Propuhivanje se radi u dvije faze: napuhati balon pa ga postepeno pustiti "da izduši" natrag u nos, tj. u Eustahijevu cijev. Postupak valja ponavljati nekoliko puta dnevno uz prethodno očišćen nosić kako ne bismo napravili kontraefekt utiskivanjem sekreta u uho. Valja koristiti samo medicinski konstruirane kalibrirane balone, a ne obične balone za napuhivanje!

< PROPUHIVANJE EUSTAHIJEVE TUBE BALONOM

Iz priloženog se vidi da postupak nije bolan, već dijete kroz igru i zabavu provodi "samoliječenje".



KIRURŠKO LIJEČENJE treba primijeniti kada je konzervativno liječenje neučinkovito.

Ono uključuje:

- > adenoidektomiju (uklanjanje trećeg krajnika)
- > miringotomiju (zarezivanje bубnjića)
- > postavljanje ventilacijskih cjevčica u srednje uho
- > te razne kombinacije ovih procedura.

Uklanjanje nepčanih tonsila samo u svrhu liječenja sekretornog otitisa nema nikakva smisla!

Svakako je najučinkovitija miringotomija s implantacijom cjevčica, koja promptno rješava sekretorni otitis. Ovisno o anatomskim značajkama djeteta procjenjuje se koja procedura i/ili koja kombinacija procedura je najprimjerena.

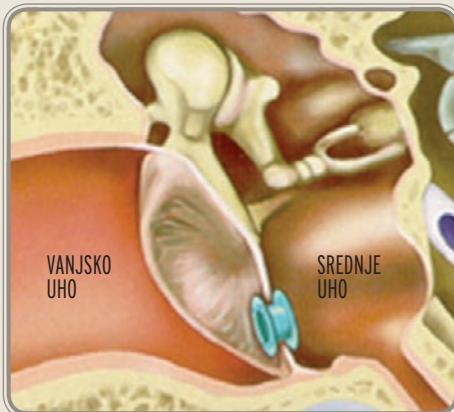
Ventilacijske cjevčice



Ventilacijske cjevčice milimetarskih su dimenzija. Postavljaju se pomoću mikroskopa u općoj anesteziji. U veće djece mogu se postaviti i u lokalnoj anesteziji.

< Odnos veličine ventilacijske cjevčice prema kovanici od 1 kune. (Mjerilo 1:1)

Roditelji često imaju predodžbu da će cjevčice "viriti" iz uha djeteta. Ne brinite se o tome. Pogledajte kako to uistinu izgleda na shemi i "uživo" na otoskopskom pregledu.



Što možemo očekivati nakon operacije?

Nakon postavljanja cjevčica preporučuje se zaštita uha od vode nošenjem silikonskih čepića za uši tijekom kupanja i tuširanja. Ljeti je uz čepiće potrebno staviti na glavu pravu plivačku kapicu koja čvrsto prianja uz uši i Vaše dijete je spremno za more. Najstarija je zabluda da se dijete ne smije kupati dok ima cjevčice u ušima! Može, dapače, ali uz ranije navedene mjere opreza.

Potrebna je redovita mjeseca kontrola otorinolaringologa, koji procjenjuje jesu li cjevčice na mjestu i jesu li prohodne, provodi toaletu ušiju i eventualno dodatno lječenje.

Cjevčice obično ostaju u uhu minimalno od šest mjeseci do jedne godine, tj. dok se ne uspostavi funkcija vlastite Eustahijeve tube, što se prije vađenja provjeri tubometrijski. Ponekad cjevčice ispadnu same, ali češće ih valja izvaditi u lokalnoj ili kratkotrajnoj općoj anesteziji. Jednom postavljene i izvađene cjevčice ne znače kraj! Radi se o djeci koja su sklona ovakvim problemima sve dok ne završe rast pa se tako ponekad moraju opetovano postavljati (čak tri ili četiri puta). Dakle, nužna je redovita kontrola sluha i funkcije Eustahijeve cjevi i srednjeg uha.

Kako se ponašati ako dijete ima cjevčice u uhu?

- > Živite normalno bez posebnih ograničenja.
- > Kupanje i tuširanje s čepićima u ušima je dopušteno.
- > Kupanje u moru je dopušteno uz plivačku kapicu i čepiće.





Pažljivo pročitati uputu.

Otovent® metoda je klinički dokazana prva linija liječenja kojom je moguće izbjegći kirurško umetanje cjevčice za drenažu (ventilacijske cjevčice) u bubnjić. To je metoda koja ne uključuje kirurški zahvat ni lijekove, a specijalisti otorinolaringolozi je preporučaju posljednjih 20 godina za rješavanje problema nakupljene tekućine u srednjem uhu.

Kako pravilno primijeniti Otovent metodu?



1.

1. Balon spojiti na plastični nastavak za nos. Desnom rukom prihvatići okrugli dio nastavka za nos i umetnuti ga u desnu nosnicu. Ljevom rukom zatvoriti lijevu nosnicu.



2.

2. Duboko udahnuti, zatvoriti usta i ispuhivati zrak kroz nosnicu sve dok se balon ne napuhne do veličine greja.



3.

3. Ponoviti postupak s lijevom nosnicom. Postupak je uspješno proveden ako se osjeti popuštanje pritiska i/ili čuje pucketanje u uhu. Ako pomažete djetetu pri izvođenju ovog postupka, provjeriti osjeća li olakšanje i/ili pucketanje u uhu.

AKO NEMA PROMJENE:

- > Ponoviti drugi korak postupka s glavom lagano nagnutom prema naprijed i zakrenutom udesno.
- > Ponoviti treći korak, kad je balon dovoljno napušan, pokušati progutati. Provjeriti je li nastavak za nos dobro umetnut u nosnicu - sav zrak treba ulaziti u balon.

Postupak je uspješno proveden ako se osjeti popuštanje pritiska i/ili čuje pucketanje u uhu. Ako pomažete djetetu pri izvođenju ovog postupka, provjeriti osjeća li olakšanje i/ili pucketanje u uhu.

Otovent® metodu djeca mogu primjenjivati kod kuće uz nadzor roditelja. Postupak je potpuno bezbolan, neškodljiv i traje svega nekoliko sekundi. Preporuča se koristiti Otovent® metodu dva do tri puta dnevno, sve dok se ne osigura potpuno istjecanje tekućine iz srednjeg uha.

PROSPAN®



Želimo da svakoga dana udišete punim plućima i da vas kašalj ne ometa u omiljenim aktivnostima i zato smo kompleksan spoj nauke, njemačke tehnologije i fitoterapije oblikovali u jednostavno rješenje protiv kašla - Prospan, biljni lijek broj 1 u svijetu protiv kašla.



**OSOBITO POGODAN ZA DJECU,
JER NE SADRŽI ALKOHOL I UMJETNE BOJE**



SIGURAN ZA ZUBIĆE JER NE SADRŽI ŠEČER



**BEZ INTERAKCIJA S ANTIBIOTICIMA,
ANTIPIRETICIMA I DRUGIM LIJEKOVIMA**



**JEDNOSTAVNO SE DOZIRA
I UZIMA UZ DOZIRNU ČAŠICU**



**BEZ TRAGOVA NA BOCI KOD
DOZIRANJA RADI POSEBNO
OBLIKOVANOG LIJEVKA**

**Djeca ga
rado piju
radi odličnog
okusa!**

DJELATNA TVAR: suhi ekstrakt bršljanovog lista
(INN: Hederae Folii extractum siccum).

TERAPIJSKE INDIKACIJE: za olakšano iskašljavanje kod
bolesti dišnog sustava praćenih produktivnim kašljem.

DOZIRANJE I NAČIN PRIMJENE: doziranje sirupa
uz dozirnu čašicu prilagodite dobi.

Prije upotrebe pažljivo pročitajte uputu o lijeku, a o rizicima
i nuspojavama upitajte svog liječnika ili ljekarnika.



Biram zdravlje 
www.salveopharma.hr | +3851 5622 000