



ขี้หูอุดตัน

ใกรที่ชอบแกะขี้หูบ่อย ๆ คงจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสียใหม่ เพราะการรบกวนระคายเคืองในหู อาจเป็นเหตุให้เกิดภาวะที่เรียกว่า "ขี้หูอุดตัน" ก็เป็นไปได้

ศ.นพ.ปารยะ อาศนะเสน สาขาโสตศอนาสิกและโรคหูมีแพทย์ ภาควิชาโสต นาสิก ภาวียงวิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล อธิบายว่า ขี้หูถูกสร้างออกมาจากต่อมสร้างขี้หู ซึ่งอยู่ในช่องหูชั้นนอก มีคุณลักษณะเป็นกรดอ่อน ๆ ประโยชน์ของขี้หู คือ ช่วยปกป้องผิวหนังของช่องหูชั้นนอก ให้ความชุ่มชื้น ช่วยต่อต้านเชื้อโรค ป้องกันการติดเชื้อจากแบคทีเรีย และช่วยป้องกันไม่ให้สิ่งแปลกปลอมเข้าไปในช่องหู



ต่อมสร้างขี้หูทำงานมากขึ้น ทำให้ปริมาณขี้หูมากขึ้น ถ้าเรามีขี้หูอยู่ข้างใน มันจะยิ่งดันขี้หูในช่องหูให้อัดแน่นมากขึ้น อาจทำให้ขี้หูอุดตันในช่องหูชั้นนอกได้ ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นตามมา คือ คนใช้หูอื้อ ปวดหู หูตึง โดยเฉพาะด้านแรกและแรงเกินไปอาจจะทำให้เกิดรอยฉีกของช่องหูชั้นนอก มีเลือดออก เกิดการอักเสบ มีอาการปวดหู หูอื้อ หรือคันและลึกไปอาจทำให้แก้วหูทะลุได้ ดังนั้นไม่ควรแคะขี้หูอย่างเด็ดขาด ถ้าแคะหูจริง ๆ แนะนำให้ใช้ไม้พันสำลีชุบน้ำอุ่น เช็ดเฉพาะบริเวณรอบนอกของช่องหู อย่างแคะเข้าไปข้างใน ต้องชั่งคั้น ๆ

อาการของขี้หูอุดตัน คือ หูอื้อ หูตึง ไม่ได้ยินเสียง เวลาคนไข้มาพบแพทย์ อาจซักประวัติได้ว่าปกติคนไข้สบายดี แต่วันดีคืนดีไปว่าหน้ำ แล้วนั่นเข้าหูขี้หูจะอื้อหน้ำ ทำให้บวมปิด เกิดอาการหูอื้อ บางคนอาจจะมีอาการปวดหรือแสบ ๆ ในช่องหูได้

ที่ผ่านมาซึ่งไม่เคยมีการศึกษาอุบัติการณ์คนที่มีการสะสมขี้หูอุดตันมาก่อน แต่จากประสบการณ์ พบได้เรื่อย ๆ ถ้าออกตรวจผู้ป่วยนอกประมาณ ๑๐ ราย

จะพบประมาณ 1-2 รายที่มีปัญหาขี้หูอุดตัน โดยพบได้ตั้งแต่วัยรุ่นจนถึงผู้สูงอายุ คือจะพบในผู้ใหญ่ที่ชอบปั่นหูบ่อย ๆ มักจะไม่ค่อยพบในเด็ก ยกเว้นผู้ปกครองเห็นขี้หูเด็ก แล้วแคะให้ พอแคะไม่ออก ก็ดันขี้หูเข้าไปข้างใน จนทำให้เกิดอาการอุดตัน แต่ไม่สังเกตพบขี้หูอุดตันน้อยกว่า

ปกติร่างกายมีกลไกกำจัดขี้หูออกมาได้อยู่แล้ว
ก็อย่าแคะออกของมันเอง ถ้าเราไปแคะจะกระตุ้นให้

[ถ่ายด้วยกล้อง]



พ.ศ.นพ. ปารยะ
อาตะระเกน

การรักษา อันคับแค้นจะต้อง
ตรวจก่อนว่าสาเหตุของฝีหรือเกิดจาก
อะไร ถ้าเกิดจากฝีหรือจุดคัน แพทย์
จะพยายามนำฝีหรือออกให้ โดยใช้
เครื่องมือและฝี มีลักษณะคล้าย ๆ
ลวดกลม ๆ ใส่เข้าไปในฝีและแกะ
ออกมา ส่วนใหญ่จะ
ออกหรืออาจจะใช้
ที่ดูดฝีดูด

ออกมา
แต่ถ้าเอา
ออกไปได้
ก็ไม่อยากและ
เพราะจะทำให้
เจ็บหรือช้ำนูน
อักเสบตลอก กรณีเช่น

นี้จะให้ยาละลายฝีไปหยอดที่บ้านบางที
ก็ 5 วัน หรือ 1 สัปดาห์ จากนั้นก็มัด
ให้คนไข้มาเอาฝีหรือออก จะทำให้เอาออกได้
ง่ายขึ้น

การป้องกันไม่ให้ฝีหรือจุดคัน มีดังนี้

- 1.อย่าใช้นิ้วแหย่ช่องหูเด็ดขาดเพราะขอบ
เล็บที่ปลายนิ้วจะทำให้ช่องหูชั้นนอก
อักเสบ คิดเชื้อและอักเสบได้ง่าย 2.อย่า
ใช้ไม้พันสำลีทำความสะอาดหู หรือปั่นหู
เมื่อน้ำเข้าหูควรป้องกันไม่ให้น้ำเข้าขณะ
อาบน้ำ โดยหาสำลีบุบวาสลินหรือสวาม
หมวกอาบน้ำดึงลงมาคลุมถึงใบหู ใน
รายที่เล่นกีฬาทางน้ำอาจใช้ที่อุดหูสำหรับ
นักดำน้ำซึ่งมีขายตามร้านกีฬาจะมาช่วย

3.หลายคนมักคิดว่า การทำความสะอาด
ข้างในช่องหูหรือเช็ดหูนั้น ก็เหมือนกับการทำความสะอาด
สะอาดร่างกายทั่วไป แต่จริง ๆ แล้ว การปล่อยให้ฝี
หรือฝีหรือจุดคันจะคิดว่าเพราะสิ่งเข็ดหรือแคะหู
มาก ช่องหูจะอักเสบ คันและระคายเคืองได้มากกว่า
แต่ถ้าใช้น้ำเข้าหูอาจใช้ไม้พัน สำลีชนิดเนื้อแน่นขนาด
เล็กจับน้ำที่ปากช่องหูเล็กน้อยก็พอ แต่ถ้าใช้น้ำเข้าหู
เป็นชั่วโมงแล้ว ยังไม่ออกมา ฝีหรือฝีหรือจุดคันส่วนใหญ่เป็น
เพราะมีฝีหรือฝีหรือจุดคันในส่วนลึกของช่องหูจนน้ำไว้ ถ้ามี
อาการเช่นนี้ควรให้แพทย์หู คอ จมูก ตรวจทำความสะอาด
สะอาดช่องหูจะดีที่สุด 4.ในรายที่ฝีหรือฝีหรือจุดคัน อาจใช้ยา
ละลายฝีหรือฝีหรือจุดคันเป็นประจำเพื่อทำการล้างฝีหรือฝีหรือจุดคัน อาจ
ใช้เพียงอาทิตย์ละครั้ง ถ้าไม่มีปัญหา อาจห่างออกไป
เป็น 2 หรือ 3 หรือ 4 อาทิตย์ หยอด 1 ครั้ง ก็จะ
ช่วยลดการอุดตันของฝีหรือฝีหรือจุดคันในช่องหูชั้นนอกได้

ท้ายนี้ขอย้ำว่า อย่าปั่น อย่าแคะฝีหรือฝีหรือจุดคัน
ความสะอาดอะไรทั้งนั้น เพราะร่างกายมีกลไกกำจัด
ออกได้อยู่แล้ว ถ้าไม่มีปัญหาอะไรอย่าไปยุ่งกับมัน ยก
เว้นฝีหรือฝีหรือจุดคันออกมาแล้วทำให้เรบเข้ายังลมถ้ำบาล ก็
เช็ดหน้าให้มันไหลออกมา อย่าปั่นลงไปอีก ๆ ถ้าฝีหรือฝีหรือจุดคัน
ใหญ่ ก็ไม่ควรไปทำอะไร เพราะอย่างที่บอกไว้ฝีหรือฝีหรือจุดคันมี
ประโยชน์.