

خود مراقبتی در گوش درد

عفونت مجرای گوش می تواند پس از شنا یا بازیهای آبی رخ دهد. به همین شکل، اگر مجرای گوش با گوش پاکنهای پنبه ای مکرر آزرده شود، احتمال عفونت مجرای گوش بیشتر میشود. عفونت پرده گوش که عفونت گوش میانی خوانده می شوند، می توانند ناشی از احتقان در هنگام سرماخوردگی یا آنفلانزا باشند که در این شرایط شیپور استانش بسته شده و راه خروج ترشحات به گلومسدود می شود.

عفونت های گوش میانی در شیرخواران زیر 6 ماه شایع نیست. به نظر می رسد کودکانی که از شیر مادر تغذیه می کنند کمتر به عفونت های گوش مبتلا می شوند.



علائم محتمل عبارتند از:

✓ درد گوش

✓ کاهش شنوایی

✓ ترشح از گوش

✓ تب

✓ غدد لنفاوی دردناک در گوش یا درد

گردن

✓ احساس خارش در گوش

✓ شیرخواران ممکن است با دست گوش

شان را بگیرند یا بکشند

توصیه های خانگی

اگر کودک تب دارد مرتب تب بیمار را کنترل

کنید

برای کنترل درد از استامینوفن استفاده کنید و

اصلا در افراد زیر 20 سال از آسپرین استفاده

نکنید

درد گوش با قرار دادن حوله ی گرم روی

گوش مختصری آرام تر می شود

اگر کودک شیرخوار است در وضعیت عمود به

او شیر بدهید و زمان شیردهی را کاهش و لی

دفعات آنرا زیاد نمایید

از قرارگیری بیمار در معرض دود سیگار و

اسپند خودداری نمایید



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قم
مرکز آموزشی - درمانی حضرت فاطمه معصومه (س)

خودمراقبتی در گوش درد

تهیه کننده: فرزانه ابوالحسنی - با همکاری واحد

آموزش دفتر پرستاری بیمارستان



تابستان 99



خودمراقبتی در ناخوشی های جزئی - (راهنمای
خودمراقبتی خانواده) 1

ترجمه و تنظیم: نوید شریفی، محمد کیاسالار،

معصومه دانیالی - 1394

هنگامی که کودک تان عفونت مجرای گوش یا
گوش شناگران دارد

دست کم 7 روز گوش کودک را خشک نگه
دارید. از شنا یا آب بازی که باعث ورود آب به
گوش می شود باید پرهیز شود.

عفونت مجرای گوش ممکن است با تجویز قطره
آنتی بیوتیکی بهبود یابد

اگر کودک شما به طور مرتب به عفونت گوش
دچار می شود می توانید از وقوع آن
پیشگیری نمایید. چکاندن چند قطره از روغنهای
مخصوص که از داروخانه تهیه می شود در مجرای
گوش پیش از شنا و پس از شنا می تواند از تکرار
عفونت پیشگیری کند.