

Pałeczki do uszu niebezpieczne dla zdrowia

18 grudnia 2017

Naukowcy z brytyjskiego Narodowego Instytutu Zdrowia i Doskonalenia Klinicznego apelują o zastanowienie się nad zwykłą procedurą czyszczenia uszu pałeczkami higienicznymi.



Okazuje się, że woskowina, którą tak staramy się usunąć, odgrywa ważną rolę i nie należy się jej pozbywać.

Zgadza się z nimi eksperci z Amerykańskiej Akademii Otorynolaryngologii, którzy wcześniej opublikowali zalecenia dotyczące pielęgnacji uszu. Według nich woskowiny, nie powodującej dyskomfortu i nie blokującej zewnętrznego przewodu słuchowego, nie należy pozbywać się z uszu.

Jeśli chodzi o pałeczki higieniczne, które najczęściej są używane do czyszczenia uszu, nie są one skutecznym narzędziem, a nawet mogą szkodzić. Pałeczki higieniczne nie nadają się do tego z powodu rozmiaru i formy. W rzeczywistości bardziej „wcierają” woskowinę w skórę uszu niż usuwają jej nadmiar, twierdzą naukowcy.

Według lekarzy woskowina spełnia przydatną funkcję smarującą,

zatrzymując brud i kurz. Zapobiega to przenikaniu bakterii chorobotwórczych do narządu słuchowego.

Ponadto uszy dobrze oczyszczają się same. Gdy poruszamy szczękami, sprzyja to wypychaniu woskowiny z kanału słuchowego. Następnie trafia ona do małżowiny usznej, a z niej jest wydalana razem z martwym naskórkiem, który stale się odradza. Te naturalne procesy same oczyszczają uszy, dlatego nie ma potrzeby, by sztucznie je przyśpieszać.

Nie należy też zapominać o pewnych zagrożeniach. Według statystyki około 10% dzieci, 5% dorosłych i 30% osób w starszym wieku czyści uszy niewłaściwie. Uszkadzają oni gruczoły łojowe, co powoduje bardziej aktywne wytwarzanie woskowiny. W niektórych przypadkach może dojść nawet do całkowitego zablokowania przewodu słuchowego.

Praktykujący lekarze twierdzą, że pacjenci często uszkadzają pałeczkami higienicznymi przewód słuchowy lub błonę bębenkową. Wśród objawów można wymienić ból, dzwonienie i swędzenie w uszach, nietypową wydzielinę i uczucie wypełnienia. W takich przypadkach należy natychmiast zwrócić się do lekarza, bo może dojść do utraty słuchu.

Ale jeśli w naszych uszach gromadzi się zbyt dużo woskowiny, a organizm nie jest w stanie samodzielnie sobie z nią poradzić, powinniśmy użyć specjalnych kropeł, które ją zmiękczą. Następnie ucho można przetrzeć wilgotną miękką tkaniną.

A lekarzom specjaliści rekomendują korzystanie z nowoczesnych urządzeń elektronicznych, przy pomocy których „irryguje się ucho”, a następnie usuwa zalegającą woskowinę.

Nawiasem mówić, autorzy pracy twierdzą, że rezygnacja z pałeczek higienicznych jest korzystna nie tylko z powodu zmniejszenia ryzyka dla zdrowia. Jest to również właściwe z punktu widzenia ochrony środowiska, bo zmniejszymy ilość komunalnych odpadów z tworzywa sztucznego (a pałeczki higieniczne są właśnie z niego wykonane).

Zdjęcie: [Gadini](#) (CC0)

Źródło: pl.SputnikNews.com