**Akutní zánět středního ucha**

V dětském věku relativně častá komplikace při nachlazení. První známky bolesti se mohou objevit při otoku sliznice v nose a nosohltanu, kam ústí Eustachova (sluchová trubice), spojující nosohltan a střední ucho. Při otoku sliznic v tomto systému se Eustachova trubice nemůže otevírat a nemůže vyrovnávat tlak mezi středním uchem a okolím. Vzduch ve středouší se postupně začne vstřebávat a vzniká zde podtlak, který vtahuje bubínek do středouší, to způsobuje zalehnutí a bolest ucha. V tomto případě se nejedná o zánět. V případě postupujících zánětlivých změn přes Eustachovu tubu dochází nejprve k překrvení sliznic středouší a bubínku – jedná se o počínající zánět středního ucha. Dalším stupněm zánětu je vznik výpotku ve středouší, který bolestivě tlačí na bubínek, ten buď pod tlakem spontánně praskne nebo lékař ORL provede tzv. paracentézu, čili propíchne bubínek, aby tekutina mohla spontánně vytékat do zvukovodu. Většinou se jedná o záněty virového původu, které se doléčí spontánně. Antibiotika celkově se nasazují v případě bakteriálního zánětu (hnisavý sekret ze zvukovodu, neklesající teploty, rizikoví pacienti a jiné).

**Základní příznaky akutního zánětu středouší:**

* častěji malé děti, předškoláci
* nachlazení: rýma, ucpaný nos, kašel, teploty
* bolest začíná často v nočních hodinách po ulehnutí

**První pomoc při bolesti ucha:**

Ve většině případů není při prvním zabolení ouška nutné navštívit lékaře. Pokud začnete s terapií včas, je možné zvládnou potíže v domácím ošetřování:

* Použijte **nosní kapky** (Olynth, Nasivin…), řádně a opakovaně kapejte do nosu, nejlépe se zatečením až do krku – kapky napomůžou oplasknutí sliznic + smrkat ev. odsávat (vždy každou nosní dírku zvlášť)
* Podejte léky proti bolesti – ideálně **ibuprofen** (Nurofen, Ibalgin…), který účinkuje proti bolesti, proti teplotě, ale má navíc také **protizánětlivý účinek**. Tyto léky podávejte v **dostatečné dávce** (dle hmotnosti dítěte) á 6 hod 1-2 dny
* Do bolavého ucha kapat **alkoholové ušní kapky** (lze volně koupit v lékárně) – je potřeba nakapat větší množství s hlavou nakloněnou na stranu zdravého ucha tak, aby se kapky dostaly přes zvukovod k bubínku, doporučujeme kapat á 2 hod max. po dobu 24 hod
* Pokud se objeví výtok z ucha (hlen, krev, hnis), znamená to, že bubínek praskl. V tomto případě přestanete kapat kapky a začnete ucho vyplachovat podle návodu níže. Ideálně do

1-2 dnů vyhledejte ORL lékaře v místě bydliště

Velmi často začne bolest ucha v nočních hodinách po ulehnutí, kdy při horizontální poloze těla je sliznice v oblasti hlavy více překrvená, oteklá:

* Nastavit dítěti při spaní **zvýšenou polohu hlavy** (několik polštářů např.)

Teplo urychluje zánět:

* Nepřekrývejte nebo **nezakrývejte ucho**

Pokud s takto nastavenou terapií nepřejdou potíže (nebo se zhoršují) do 24 hod, vyhledejte ORL lékaře v místě bydliště

**Výplach ucha v případě spontánní perforace bubínku nebo po paracentéze:**

Sekret, který vytéká ze středouší skrz dírku v bubínku, může být agresivní pro kůži zvukovodu, může předčasně dírku v bubínku zalepit a prodloužit tak dobu hojení. Cílem výplachu je odstranit sekret ze zvukovodu a udržovat ucho čisté. Nutné je:

- koupit **stříkačku o objemu 20 ml** (pro kojence stačí 10 ml)

- doma **převařit vodu** (z kohoutku) a nechat v nádobě zakrytou (ochrana před znečištěním), ev. si zakoupit **láhev borové vody**

- k výplachu se používá stříkačka naplněná převařenou nebo borovou vodou (voda ve stříkačce musí být vlažná)

- nemocné ucho se vyplachuje **minimálně 5krát denně** (pokud je výtok masivnější, vyplachuje se častěji)

**Postup při výplachu:**

- dítě posadit na rodičův klín, fixovat ruce a nohy

- dát na rameno ručník nebo pod ucho misku

- jemně tahat za boltec směrem od hlavy, konec stříkačky položit ke vstupu do zevního zvukovodu a do něj stříknout celý obsah stříkačky. Voda bude omývat zevní zvukovod a bubínek a vyplaví nečistoty ven. Po výplachu vysušit ucho papírovým kapesníkem.

U malých dětí je možné udělat výplach vleže