



# איזון

מגזין לחיים בריאים ומאוזנים

## דלקות אוזניים בילדים

הלוע, אשר מתפשט לכיוון האוזן דרך התעלה או גורם לחסימת התעלה. ברוב המקרים מדובר במצב זיהומי הנגרם על ידי חיידקים או וירוסים. חסימת התעלה על ידי הפרשות מהלוע ומהאף (ליחה), או בשל בצקת מקומית, גורמת להצטברות נוזלים בחלל האוזן התיכונה ולהחמרת הדלקת. במקרים רבים הזיהום הוא ויראלי בהתחלה, אך בהמשך מתווספים למקום חיידקים היוצרים זיהום משני.

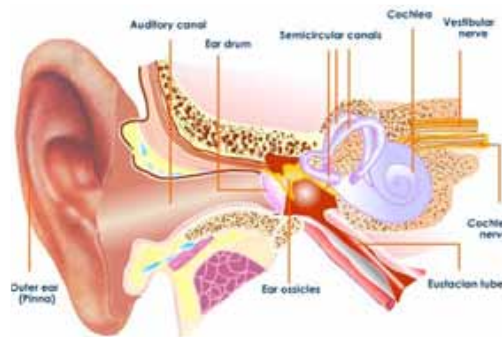
הסימפטומים האופייניים הם: ילד עם "שפעת" המפתח חום וכאבי אוזניים הנובעים בעיקר מהלחץ הרב על עור התוף. עם החמרת הדלקת מופיעה ירידה בשמיעה, המחמירה ככל שהדלקת קשה יותר. לעתים גורם התהליך הדלקתי לנקב בעור התוף וליציאת מוגלה אל מחוץ לאוזן. במקרים אלו תהיה ירידה משמעותית בעוצמת הכאב והחום אבל תתכן ירידה בשמיעה.

סימנים נוספים העשויים להיות: משיכת האוזן או גלגול הראש לצדדים על המזרן.

הרפואה הקונבנציונלית מציעה שני פתרונות עיקריים לטיפול בדלקות אוזניים חוזרות אצל ילדים - טיפול באנטיביוטיקה וטיפול באמצעות ניתוח

שלום לכולם, החורף בעיצומו ואיתו מחלות החורף. ביניהן נמצא אחוז לא מבוטל של ילדים ותינוקות הסובלים מדלקות אוזניים. דלקות אוזניים נפוצות לרוב בילדים מגיל הינקות ועד גיל 6, הסטטיסטיקה קובעת כי 95% מהילדים יפתחו דלקת אוזניים לפחות פעם אחת בשלב זה של חייהם.

האוזן היא איבר השמיעה ושיווי המשקל והיא בנויה מאוזן חיצונית, תיכונה ופנימית:



האוזן התיכונה היא החלל בו נראה התפתחות של דלקות אצל ילדים, כאשר קיימות לכך מספר סיבות, אולם העיקרית שבהן היא מצב דלקתי באזור האף או



# איזון

מגזין לחיים בריאים ומאוזנים

## דלקות אוזניים בילדים

יש להתייחס לצריכה מרובה של סוכר תעשייתי כמו עוגות, ממתקים, גלידות, משקאות ממותקים וכדומה, הגורמים לירידה בתגובת התאים הלבנים ומקטינה את יעילות מערכת החיסון. מכאן הדרך לדלקות אוזניים חוזרות וזיהומים אחרים, קצרה. קיימת חשיבות רבה לצריכת ירקות ופירות עשירים בוויטמינים, אנטי-אוקסידנטים (נוגדי חמצון), ומכילים סוכר טבעי (קסיליטול) המשפר את היכולת להתמודד עם זיהומים וחיידיקים. אלרגיה למזונות מסוימים מהווה "טריגר" להתפתחות דלקות אוזניים אצל ילדים ומניעת מזונות אלרגניים, עפ"י מחקרים, הביאה לשיפור משמעותי אצל 86% מהילדים.

### מי מלח

נמצא כי שימוש יומיומי בתרסיס מלח טבעי המיועד להתזה מקומית לתוך הנחיר, מסייע לשמירה על הריריות, מונע גודש בנחיריים ובמערות האף וכך פחות נוזלים מתפשטים לכיוון האוזניים ופחות לחץ פנימי נוצר באוזן. רצוי לבחור בתרסיס שאינו מכיל חומרים משמרים ומתאים לתינוקות וילדים.

הרפואה קונבנציונלית מציעה שני פתרונות עיקריים לטיפול בדלקות אוזניים חוזרות אצל ילדים - טיפול באנטיביוטיקה וטיפול באמצעות ניתוח כפתורים בו עושים חתך בעור התוף ודרכו מחדירים צינוריות על מנת לאפשר ניקוז הנוזלים מחלל האוזן התיכונה, אוורור וייבוש האוזן.

**במרפאתנו מגוון שיטות טיפול שעשויות להקל ובעיקר למנוע דלקות אוזניים חוזרות בילדים.**

**שיטות טיפול להקלה, מניעה וטיפול בדלקות אוזניים:**

### תזונה נכונה

נתחיל בכך, כי נמצא קשר ברור בין הנקה למניעת מחלות זיהומיות שונות בגיל הינקות, בניהן דלקות אוזניים. מחקרים הוכיחו כי אמהות שהניקו את ילדיהם תקופה של מינימום 4 חודשים, סייעו למערכת החיסון של הילד להתפתח ולמנוע התפתחות זיהומים ומחלות. חשוב לזכור כי כאשר הילד יונק ראשו צריך להיות מורם על מנת להפחית לחץ מתעלת האוזן בזמן היניקה.





# איזון

מגזין לחיים בריאים ומאוזנים

## דלקות אוזניים בילדים

### הומיאופתיה

ההומיאופתיה נחשבת כטיפול היעיל מאוד לדלקות אוזניים חוזרות. היא מקלה על הכאבים והתופעות הנלוות לדלקת אוזניים בזמן המחלה ומאידך יכולה לשפר את פעילות מערכת החיסון, כך שהמחלה תעלם או לפחות תהיה ירידה משמעותית בתדירות הופעתה. יתרון נוסף בתרופה ההומיאופתית הוא בריכוז הנמוך מאוד של החומרים, ההופך תרופות הומיאופתיות לבלתי מזיקות גם לתינוקות בני מספר חודשים, וכמובן העובדה שלחיידיקים אין יכולת לפתח עמידות לטיפול.

הומיאופתיות מומלצות- (Dr.Reckeweg), R1  
 TRAUMEEL טיפות אוזניים, תרסיסי אף  
 הומיאופתיים-R49 ועוד מגוון לפי התאמה אישית.

### דיקור סיני Acupuncture

שיטה עתיקה זו מסייעת להפחית ולהעלים כאבי אוזניים, לעיתים כמעט מיידי, על ידי שיפור תנועת הנוזלים והחומרים בסביבת האוזן. הדיקור אינו כואב ונעשה תוך מספר שניות על ברכי ההורה.

### מי חמצן

אנו ממליצים להימנע מניקוי של שעות האוזן עם מקלות אוזניים, רצוי לנקות את האוזן במידה ויש הפרשות, עם מי חמצן 3%, יש לעשות זאת בעדינות רבה.

### לטפטף שמן

תרופת סבתא יעילה ביותר להקלה על הכאב היא שמן זית או שמן זית עם שום / מיצוי בצל. יש לטפטף 2-3 טיפות ולאטום עם צמר גפן. חשוב לציין כי לא נעשה זאת במקרה של קרע בעור התוף או כאשר הילד עבר ניתוח כפתורים.  
 שמן לוונדר - מצויין להקלה בכאב.

### צמחי מרפא

שימוש בצמחי מרפא לתקופות קצרות יכול לסייע ולהקל על מערכת הנשימה, למנוע הצטברויות נוזלים ולסייע בניקוי ליחה מהמערכת. כמו כן, הצמחים יתמכו במערכת החיסון ויעזרו לגוף להתמודד עם המחלה.

צמחים יש להתאים באופן אישי לכל אחד, לכן לא נוכל להמליץ על צמח כזה או אחר אלא אחרי אבחון הילד.

**בייעוץ הנעשה במרפאתנו ניתן יהיה להרכיב ולבחור את התרופה ההומיאופתית או פורמולת הצמחים המתאימה ביותר לילד ולהקל על תופעות אלו במהרה.**

© כל הזכויות שמורות ל"ד"ר רואי גוניק. המידע שנמסר במגזין זה אינו מהווה תחליף לייעוץ רפואי.

