

سرومن چیست؟

جمع شدن سرومن اصطلاح پزشکی برای انسداد جرم گوش است. جرم گوش (سرومن) نقش مهمی در سلامت گوش دارد. گوش های شما را تمیز می کند و از گرد و غبار، آلودگی و عفونت محافظت می کند.

با وجود فواید فراوان، جرم گوش در صورت تجمع بیش از حد آن می تواند مشکلاتی را ایجاد کند. نهفتگی سرومن ممکن است منجر به درد گوش، خارش، زنگ زدن در گوش، کاهش شنوایی یا سایر مشکلات شود. در صورت لزوم، پزشک می تواند در حذف جرم گوش به شما کمک کند.

چه کسانی بیشتر در معرض جرم گوش هستند؟

انسداد جرم گوش ممکن است برای هر کسی اتفاق بیفتد. حدود ۱۰ درصد از کودکان و ۵ درصد از بزرگسالان به آن مبتلا هستند.

سرومن در افرادی که شرایط زیر را دارند بیشتر موجب انسداد می شود:

- استفاده از سمعک یا گوش گیر.
- میزان موهای گوش زیاد
- ابتلا به بیماری های پوستی خاصی مانند اگزما
- استفاده از سواب های پنبه ای یا وسایل دیگر را در گوش
- سن بالای ۵۵ سال
- ناتوانی های رشدی.
- بد شکلی کانال های گوش که در برداشت طبیعی موم اختلال ایجاد می کند.

علائم داشتن جرم گوش یا سرومن چیست؟

علائم وجود جرم گوش ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- احساس پری در گوش.
- درد در گوش
- از دست دادن شنوایی، که ممکن است در طول زمان بدتر شود.
- صدای زنگ در گوش (وزوز گوش).
- خارش در گوش

- ترشح یا بویی که از گوش
- سرگیجه.

علت تجمع جرم گوش چیست؟

برخی افراد فقط به این دلیل که به طور طبیعی جرم گوش بیشتری تولید می کنند، جرم گوش تجمع می یابد. همچنین موارد زیر ممکن است چسبندگی موم گوش را افزایش دهند:

- جرم گوش خشک یا سفت دارید.
- موهای گوش شما زیاد است.
- مجرای گوش باریکی دارید.
- شما اغلب از گوش گیر یا سمعک استفاده می کنید.
- شما به طور معمول از سواب های پنبه ای برای تمیز کردن گوش های خود استفاده می کنید.

اگر جرم گوش برداشته نشود چه اتفاقی می افتد؟

اگر جرم گوش بیش از حد درمان نشود، ممکن است علائم تجمع موم گوش را بدتر کند. این علائم ممکن است شامل کاهش شنوایی، تحریک گوش، وزوز گوش و سایر مسائل باشد. تجمع جرم گوش نیز ممکن است دیدن داخل گوش را دشوار کند، که ممکن است منجر به عدم تشخیص مشکلات احتمالی شود.

تجمع سرومن چگونه تشخیص داده می شود؟

پزشک شما یک معاینه فیزیکی انجام خواهد داد. در طول این بازدید، آنها با ابزار خاصی به نام اتوسکوپ به گوش شما نگاه می کنند تا ببینند تجمع جرم گوش وجود دارد یا خیر.

چگونه می توانید از شر جرم گوش خلاص شوید؟

درمان سرومن شامل روش های خانگی و مطب است، از جمله:

- محلول هایی که جرم گوش را حل می کنند.
- شستشوی گوش.
- حذف جرم گوش در مطب
- قبل از شروع هر درمانی با پزشک خود صحبت کنید.

- گوش های خود را به درستی تمیز کنید
- قسمت بیرونی گوش خود را با دستمال تمیز کنید. پس از دوش گرفتن یا حمام کردن، گوش های خود را تا حد امکان خشک کنید.
- هرگز و تحت هیچ شرایطی نباید چیزی را داخل مجرای گوش خود قرار دهید - از جمله سواب های پنبه ای. استفاده از سواب های پنبه ای نه تنها می تواند به پرده گوش شما آسیب برساند، بلکه می تواند گوش های شما را تشویق کند تا جرم گوش بیشتری تولید کند.

از محلول هایی برای حل کردن جرم گوش استفاده کنید

می توانید از محلول های سرومونولیتیک (محلول های حل کننده موم) در کانال گوش خود استفاده کنید. این راه حل ها عبارتند از:

- محلول نمکی

- روغن بچه.

- گلیسرین.

- روغن معدنی.

- پراکسید هیدروژن یا قطره های گوش مبتنی بر پراکسید

با این محلول ها، چند قطره را در گوش آسیب دیده بریزید و به طرف مقابل دراز بکشید. به این ترتیب، محلول می تواند به داخل گوش آسیب دیده شما چکه کند. از این روغن ها باید کم استفاده کرد. در صورت استفاده از حذف جرم گوش بدون نسخه، دستورالعمل های ارائه شده را دنبال کنید.

شستشوی گوش

یکی دیگر از گزینه ها، شستشوی گوش است. این کار شامل استفاده از یک سرنگ برای شستشوی کانال گوش با آب یا محلول نمکی است. به طور کلی، ابتدا باید موم را با استفاده از محلول سرومونولیتیک نرم کنید. سپس، گوش خود را به آرامی شستشو دهید.

حذف جرم گوش در مطب

در نهایت، پزشک شما می تواند جرم گوش را به صورت دستی با استفاده از ابزارهای خاص حذف کند. آنها ممکن است از قاشق سرومن، فورسپس، شستشو یا دستگاه مکش استفاده کنند. به طور کلی، این روش ها تنها چند دقیقه طول می کشد.

منابع:

[/https://my.clevelandclinic.org](https://my.clevelandclinic.org)

[/https://www.medparkhospital.com](https://www.medparkhospital.com)

