

# 浅谈急性化脓性中耳炎的护理

景 敏

冕宁县人民医院 四川冕宁 615600

【中图分类号】R473.76

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2023) 11-086-01

你是否有过这样的经历，耳朵突然传来一阵阵剧烈的疼痛，伴随着嗡嗡作响的耳鸣声，甚至有时还会出现发热、听力下降等症状？这可能就是急性化脓性中耳炎在作祟。急性化脓性中耳炎是一种常见的耳部疾病，它会给患者带来极大的痛苦和不便。本文将围绕急性化脓性中耳炎的护理展开科普，帮助大家更好地了解这一疾病，掌握正确的护理方法，从而减轻病痛，恢复健康。

## 一、了解急性化脓性中耳炎

急性化脓性中耳炎是一种中耳腔内的急性感染，特点是中耳黏膜的急性化脓性炎症。这种炎症通常是由细菌感染引起的，并且可能导致鼓膜穿孔和听力损失。

## 二、急性化脓性中耳炎原因

### 1. 上呼吸道感染

感冒、扁桃体炎、鼻窦炎等上呼吸道感染可能通过咽鼓管蔓延至中耳，引发急性化脓性中耳炎。

### 2. 不正确的擤鼻涕方法

用力擤鼻涕时，鼻腔内的细菌和病毒可能通过咽鼓管进入中耳，导致感染。

### 3. 耳朵进水

游泳、洗澡时耳朵进水，如果不及时清理，水中的细菌和病毒可能在中耳内繁殖，引发炎症。

### 4. 外伤

如鼓膜外伤性穿孔，可能导致细菌直接侵入中耳，引发感染。

### 5. 免疫力下降

当身体免疫力下降时，对病原体的抵抗力减弱，容易发生感染。

## 三、急性化脓性中耳炎症状

### 1. 耳痛

急性化脓性中耳炎的典型症状是耳痛，疼痛可能逐渐加重，尤其在吞咽、咳嗽或打喷嚏时。

### 2. 听力下降

由于中耳内充满脓液，声音传导受阻，患者可能出现听力下降。

### 3. 耳鸣

患者可能感到耳朵内有嗡嗡声或铃声等异常声音。

### 4. 耳流脓

随着病情的发展，鼓膜可能穿孔，脓液从中耳流出，表现为耳流脓。

### 5. 全身症状

如发热、寒战、乏力等，这些症状通常与感染的严重程度相关。

## 四、急性化脓性中耳炎的护理

### 1. 环境护理

为患者提供一个安静、舒适的环境，避免嘈杂的声音刺激耳朵，有助于减轻疼痛和耳鸣症状。烟雾和异味可能会刺激呼吸道和中耳，加重病情。因此，应避免患者接触烟雾和异味。

### 2. 耳朵清洁与护理

(1) 清洗耳朵：在医生的指导下，可以使用温和的清洗

剂清洗耳朵外部，以保持清洁并减少感染的风险。注意不要让水或清洗剂流入耳朵内部。(2) 避免过度清洁：避免使用棉签或其他工具深入耳朵内部清洁，以免损伤耳道或鼓膜。(3) 正确使用滴耳液：如果医生开具了抗生素等药物，请按照医生的指示正确使用。不要自行停药或改变药物剂量，以免影响治疗效果。同时，注意观察药物副作用，如有不适及时向医生报告。

### 3. 疼痛管理

(1) 使用止痛药：如果疼痛严重，可以在医生的指导下使用止痛药来缓解疼痛。(2) 冷敷或热敷：根据患者的舒适度，可以使用冷敷或热敷来减轻耳朵的疼痛和肿胀。

### 4. 饮食与生活习惯

(1) 饮食调整：避免食用辛辣、油腻、刺激性的食物和饮料，如辣椒、咖啡、茶等。这些食物和饮料可能会加重炎症和疼痛。建议食用清淡、易消化的食物。(2) 充足休息：确保患者有充足的休息时间，避免过度劳累，有助于身体的恢复。(3) 避免用力擤鼻涕：在急性化脓性中耳炎治疗期间，避免过度用力擤鼻涕是非常重要的。过度用力擤鼻涕可能会导致中耳压力升高，加重炎症和疼痛。如果需要擤鼻涕，可以轻轻按压一侧鼻孔，然后轻轻擤出鼻涕。

### 5. 定期复查

在急性化脓性中耳炎治疗期间，定期检查听力是非常重要的。这可以帮助医生了解病情的进展和治疗效果。如果发现听力持续下降或耳鸣等症状加重，应及时就医。

### 6. 心理护理

(1) 情绪支持：急性化脓性中耳炎可能会带来疼痛和不适，患者可能会感到烦躁、焦虑。提供情绪支持，帮助患者保持积极的心态，有助于减轻病痛带来的心理压力。(2) 教育指导：向患者及其家属提供有关急性化脓性中耳炎的知识 and 护理指导，帮助他们了解疾病的性质和治疗过程，从而增强患者的信心和自我护理能力。

## 五、急性化脓性中耳炎的预防

### 1. 保持耳朵干燥

在洗澡、洗头时，可以用棉球或毛巾轻轻堵住耳朵外部，避免水流入耳朵内。同时，避免长时间带耳机或耳塞，以免滋生细菌。

### 2. 避免过度挖耳

过度挖耳可能会损伤耳道或鼓膜，导致细菌入侵和感染。如果需要清洁耳朵内部，可以请医生进行专业操作。

### 3. 加强锻炼和提高免疫力

适当的锻炼可以提高身体免疫力，增强抵抗力，预防感染和旧病复发。同时，保持良好的作息和饮食习惯也有助于提高身体免疫力。

急性化脓性中耳炎是一种常见的耳部疾病，对患者的生活质量和听力健康造成严重影响。本文详细介绍了急性化脓性中耳炎的相关知识。希望能够帮助患者更好地管理自己的健康和提高生活质量。