

Μύτη: Πως την καθαρίζουμε στο παιδί - Το κόλπο για να τη φυσάει μόνο του

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα



Όλους τους τρόπους για τον καθαρισμό και την περιποίηση της μύτης των παιδιών εξηγεί ο κ. Εμμανουήλ Κουδουμνάκης, Ωτορινολαρυγγολόγος και Συντονιστής της Γ' Παιδιατρικής Κλινικής Ωτορινολαρυγγολογίας ΜΗΤΕΡΑ. Επίσης αποκαλύπτει ένα κόλπο που βοηθάει τα παιδιά να μάθουν να «φυσούν» τη μύτη τους



Το νεογέννητο, το βρέφος αλλά και το παιδί, πρέπει να έχουν καθαρή και βαθή ρινική αναπνευστική οδό χωρίς εκκρίματα, καθώς αυτά τα καθιστούν νευρικά, με θορυβώδη αναπνοή και τους επιβαρύνει την καθημερινότητα, τον ύπνο και τη σίτιση.

Οι νέοι γονείς θα πρέπει να γνωρίζουν ότι το νεογέννητο τους μέχρι την ηλικία περίπου των 6 μηνών δεν γνωρίζει να χρησιμοποιεί το στόμα του για αναπνοή, κατά συνέπεια η παρουσία εκκρίσεων στη μύτη να το δυσχεραίνει σημαντικά, να κλαίει επίμονα και σε σπάνιες περιπτώσεις να παρουσιάζει ήπια αναπνευστική δυσχέρεια.

Οι τρόποι που μπορεί η μύτη να καθαριστεί είναι συγκεκριμένοι:

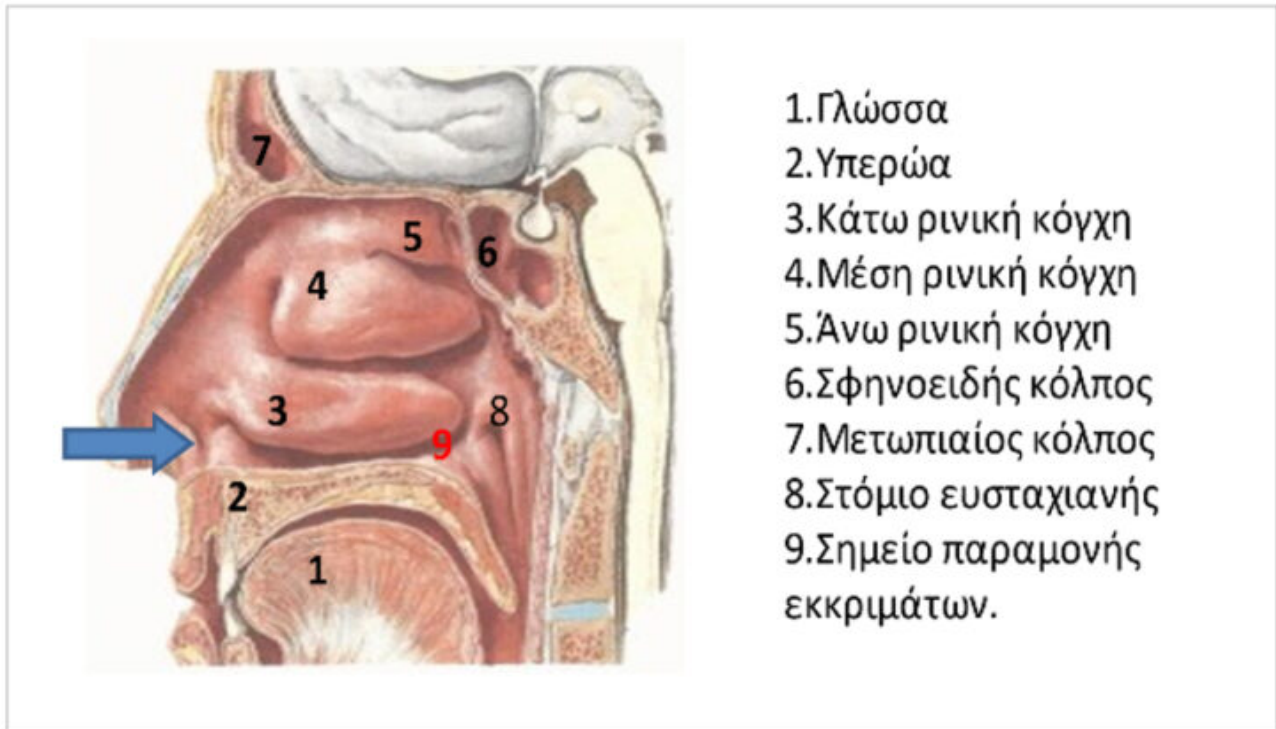
Αναρρόφηση με ειδικές συσκευές που χρησιμοποιούν οι γονείς.

Ρινοπλύσεις με πληθώρα συσκευών που υπάρχουν

Με «φύσημα» της μύτης, που το μαθαίνει το παιδί ανάλογα με την ηλικία είτε από μόνο του, είτε μετά από καθοδήγηση

Στην εικόνα 1 φαίνεται η ανατομία της μύτης του παιδιού, για να γίνει κατανοητός ο αποτελεσματικός τρόπος καθαρισμού των ρινικών κοιλοτήτων στα παιδιά. Η μεγάλη ποσότητα των ρινικών εκκρίσεων βρίσκεται στην περιοχή 9 (κόκκινο χρώμα).

Εικόνα 1



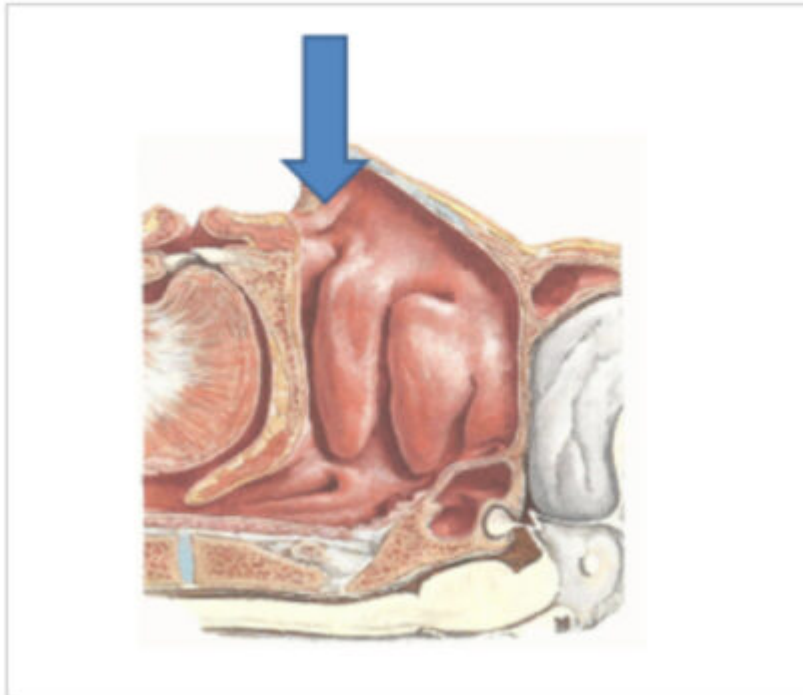
Για να γίνει σωστά ο καθαρισμός, θα πρέπει το στόμιο του αναρροφητήρα να βλέπει προς τη φορά του βέλους που αναρροφά ο γονιός, ώστε με αρνητική πίεση να έρθουν οι εκκρίσεις στη συσκευή. Εάν τοποθετηθεί με οποιαδήποτε άλλη φορά, προκαλείται ενόχληση στο παιδί, δεν δημιουργείται αρνητική πίεση και το περιεχόμενο της αναρρόφησης είναι ελάχιστο έως ανύπαρκτο.

Ακριβώς η ίδια φιλοσοφία είναι και με τις ρινοπλύσεις. Οποιαδήποτε συσκευή χρησιμοποιούμε (αμπούλα, σύριγγα, ή άλλα συστήματα ρινοπλύσεων), η φορά του νερού θα είναι όπως αυτή του βέλους της εικόνας 1, για να κατευθύνει το νερό στο σημείο 9 που λιμνάζουν οι εκκρίσεις. Σε καμία περίπτωση δεν ασκούμε μεγάλη πίεση για να γίνει ο καθαρισμός, διότι πίσω από το σημείο 9, είναι το ανατομικό σημείο 8, που είναι το στόμιο της ευσταχιανής σάλπιγγας η οποία ενώνει τη μύτη του παιδιού με το αυτί. Η μεγάλη πίεση στη ροή του νερού, μπορεί να διανοίξει την ευσταχιανή, να περάσει νερό στο μέσο αυτί, να πονέσει το παιδί, να μετακινηθεί το τύμπανο προς τα έξω, να παραμείνει υγρό στο μέσο αυτί, ακόμα και να προκαλέσει στο παιδί συχνές ωτίτιδες.

Εάν έχουμε το παιδί σε ύπτια θέση τοποθετούμε ανάλογα τη συσκευή αναρρόφησης

ή πλύσης σύμφωνα με τη φορά του βέλους όπως στην εικόνα 2.

Εικόνα 2



Αναρρόφηση

Πιέζουμε τη συσκευή να αδειάσει από τον αέρα, την κρατάμε πιεσμένη, την τοποθετούμε κάθετα στην είσοδο του ρουθουνιού, ελευθερώνουμε το αεροθάλαμο, γίνεται αρνητική πίεση και αναρρόφηση των εκκρίσεων.

Οι αναρροφήσεις γίνονται κυρίως στα νεογέννητα και στα βρέφη και δεν πρέπει να γίνονται συχνά (μέχρι δύο ημερησίως) και μόνο αν η μύτη ακούγεται να έχει συμφόρηση.

Ρινοπλύσεις

Οι ρινοπλύσεις συνήθως γίνονται μέχρι το παιδί να μάθει να φυσάει καλά τη μύτη του. Κατά κανόνα χρησιμοποιούνται αμπούλες φυσιολογικού ορού, σύριγγες με φυσιολογικό ορό και ειδικές συσκευές. Η ποσότητα ορού που χρησιμοποιούμε είναι ανάλογη με την ηλικία του παιδιού:

σε νεογέννητο, χρησιμοποιούμε ½ αμπούλα σε κάθε ρουθούνι τη φορά ή 2,5 ml με τη σύριγγα

σε βρέφη, μια αμπούλα σε κάθε ρουθούνι τη φορά ή 5 ml με τη σύριγγα

σε μεγαλύτερα παιδιά, μέχρι 10ml σε κάθε ρουθούνι τη φορά, ή με τις ειδικές συσκευές μέχρι 10 ml κάθε φορά

Αν το παιδί είναι καθιστό, η ροή του νερού θα είναι με οριζόντια φορά ενώ αν είναι σε ύπτια θέση με κάθετη φορά. Μεγάλη προσοχή και εδώ, οι ρινοπλύσεις να γίνονται με ήπια πίεση του ορού για την προστασία των αυτιών του παιδιού.

Πώς θα μάθουμε το παιδί να φυσάει τη μύτη;

Συνήθως τα παιδιά μετά την ηλικία των 2,5 ετών, μπορούν από μόνα τους να φυσούν τη μύτη τους.

Η παραμονή εκκριμάτων στη μύτη, πέρα από την αναπνευστική δυσχέρεια, προκαλεί οίδημα στις κόγχες, στον ρινικό βλεννογόνο, στις αδενοειδείς εκβλαστήσεις (κρεατάκια), στην ευσταχιανή σάλπιγγα και κατά επέκταση στο αυτί (συλλογή υγρού δυσλειτουργία στην ευσταχιανή και ωτίτιδες).

Ένα απλό «τρυκ» που βοηθάει τα παιδιά να μάθουν να φυσάνε τη μύτη είναι να προσπαθούν να σβήσουν ένα κεράκι διοχετεύοντας τον αέρα από τη μύτη και το στόμα κλειστό.

Πηγή: ygeiamou.gr