

หูชั้นนอกอักเสบ...ปวดหูจัง ทำไงดี

รศ.นพ.ปารยะ อาศนะเสน
ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา
Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

หูชั้นนอกอักเสบ (acute otitis externa) เป็นโรคที่พบได้บ่อย ผู้ป่วยมักมีประวัติปวดหูหรือเจ็บหู หลังจากน้ำเข้าหูแล้ว เช็ดหู หรือแคะหู โดยเฉพาะหลังว่ายน้ำ การอักเสบของหูชั้นนอกอาจเป็นการอักเสบโดยทั่วไปที่ทั้งหูชั้นนอก หรือเป็นการอักเสบเฉพาะที่บริเวณส่วนนอกของหูชั้นนอก โดยเป็นเพียงรูขุมขนอักเสบ หรือเป็นฝี หรืออาจเป็นรุนแรงจนลุกลามเข้าไปยังหูชั้นกลาง ทำลายเส้นประสาทสมอง, อวัยวะอื่นๆรอบหู หรืออาจลามไปยังสมองได้ โดยเฉพาะในผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นโรคเบาหวาน, ผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการฉายรังสีหรือได้รับยาเคมีบำบัด, ผู้ป่วยที่ได้รับยาสเตียรอยด์เป็นระยะเวลานานๆ การอักเสบอาจเกิดจากเชื้อแบคทีเรียหรือเชื้อราก็ได้ ดังนั้นการให้การรักษาตั้งแต่เริ่มต้นจะทำให้โรคหายเร็ว และป้องกันภาวะแทรกซ้อนดังกล่าวได้

พยาธิสรีรวิทยา

ปกติรูหูส่วนนอกมีลักษณะทางกายวิภาคที่ป้องกันไม่ให้สิ่งแปลกปลอมหรือเชื้อโรคผ่านเข้าไปได้ กระดูกอ่อนหน้าหูทำหน้าที่เสมือนประตูปิดหูไว้ รูหูส่วนนอกไม่ตรง มีส่วนคอดที่แคบ มีขนสั้นและอ่อน มีต่อมไขมัน และต่อมที่ทำหน้าที่สร้างขี้หูให้ออกมาปะปนกับส่วนที่หลุดลอกออกมาจากชั้นผิวของรูหูส่วนนอกเพื่อต่อต้านไม่ให้สิ่งแปลกปลอมหรือเชื้อโรคหลุดเข้าไปได้ และมีสารเคมีที่มีฤทธิ์เป็นกรด ซึ่งช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของแบคทีเรียและเชื้อรา นอกจากนี้ส่วนของไขมันที่เคลือบอยู่บนผิวของรูหูส่วนนอก ยังทำหน้าที่ป้องกันการเปื่อยลอกของเยื่อของรูหูส่วนนอกอีกด้วย

มีสาเหตุหลายสาเหตุที่ทำให้การป้องกันอันตรายดังกล่าวนี้เสื่อมหน้าที่ไปคือ

1. บางคนเข้าใจว่า ขี้หูนั้นเป็นสิ่งสกปรก จึงพยายามแคะหรือเขี่ยออก ทำให้สารเคมีที่ปกป้องและไขมันที่ทำหน้าที่ให้ความชุ่มชื้นแก่ผิวหนังของรูหูเสียหายที่ไป
2. จากการว่ายน้ำ ดำน้ำ หรือล้างหูด้วยสบู่บ่อยๆ ทำให้ขี้หูถูกละลายออกไปและทำให้เกิดภาวะเป็นด่างในรูหูส่วนนอก ทำให้เชื้อโรคเจริญเติบโตได้ดี
3. บางคนมีรูหูที่แคบ แต่มีขี้หูมาก เมื่อเวลาที่น้ำเข้าไปในรูหู ทำให้เกิดอาการหูอื้อ

เพราะว่าน้ำออกไม่ได้ ทำให้ต้องแคะหู เช็ดหู ทำให้เกิดการอักเสบของรูหูส่วนนอกได้ และเป็นบ่อยๆ

4. จากความเครียดทางอารมณ์ ทำให้บางคนแคะหู โดยใช้นิ้วมือหรือวัตถุใดๆก็ตามทำให้มีรอยถลอก หรือแผลเกิดขึ้นได้ เชื้อโรคจะเข้าไปตามรอยแผลนั้นเกิดการอักเสบขึ้น

5. ความร้อน และความชื้นในสภาวะอากาศที่ร้อน อาจทำให้ความชุ่มชื้นในรูหูสูงผิดปกติ เชื้อโรคเจริญได้ดี

6. โรคทางระบบอื่นๆ เช่น โรคเลือด โรคขาดวิตามิน โรคของระบบต่อมไร้ท่อและโรคผิวหนังบางชนิด เช่น ผิวหนังอักเสบจากการสัมผัส โรคภูมิแพ้ของผิวหนังเช่น บางรายแพ้ยาหยอดหูที่มียาต้านจุลชีพนิโอมัยซินเป็นส่วนประกอบ แพ้ยายาล้างชั้นส่วนของแว่นตา หรือแพ้เครื่องช่วยฟังชนิดที่ใส่อยู่ในรูหู บางรายแพ้เชื้อแบคทีเรียจากโรคหูน้ำหนวกเรื้อรัง ทำให้มีการระคายเคืองและเกิดการอักเสบของรูหูส่วนนอกได้

อาการ

1. คัน ระคายเคืองในรูหูส่วนนอก
2. ปวดหู
3. หูอื้อ
4. มีขี้ของเหลว (หนอง) ไหลออกจากหู

อาการแสดง

1. ผิวหนังของรูหูส่วนนอกบวมแดงเฉพาะที่ อาจเห็นลักษณะหัวฝี หรือบวมทั้งหมด ถ้าเป็นมาก จะมองไม่เห็นรูหูส่วนนอกเลย เพราะเกิดการอุดตัน
2. อาจพบหนองที่มีกลิ่นเหม็นอยู่ภายในรูหูส่วนนอก อาจพบเนื้อเยื่อที่ตายหรืออักเสบ
3. เวลาเคลื่อนไหวใบหู จะมีอาการเจ็บมาก
4. อาจพบต่อมน้ำเหลือง บริเวณหน้าหรือหลังหูโตได้
5. ในรายที่เป็นมาก อาจทำให้ใบหูยื่นไปข้างหน้าได้ บริเวณกระดูกมาสเตอร์มีการบวมแดงและกดเจ็บ หรือมีอัมพาตของเส้นประสาทสมองบางเส้นได้

การรักษา

1. ทำความสะอาดรูหู โดยใช้สำลีพันปลายไม้ หรือพลาสติก เช็ดเบาๆด้วยความนุ่มนวล หรือใช้เครื่องดูดของเหลวดูดหนอง (โดยแพทย์)
2. รับประทานยาต้านจุลชีพ เพื่อรักษาการติดเชื้อในช่องหูชั้นนอก ประมาณ 7-14 วัน (ไม่ควรซื้อยามารับประทานเอง ควรปรึกษาแพทย์)

3. ถ้ารู้สึกส่วนนอกบวมมาก แพทย์อาจใช้ผ้าก๊อชเล็กๆ ชุบยาสแตียรอยด์ช่วยลดบวม ใส่ไว้ในรูหูชั้นนอกประมาณ 24 ชั่วโมง เมื่อรู้สึกส่วนนอกยุบลง จึงใช้ยาหยอดหูซึ่งมียาต้านจุลชีพ (ที่แพทย์สั่งให้) หยอดวันละ 3-4 ครั้ง (อ่านวิธีหยอด ในบทความเรื่อง “ยาหยอดหู”)

4. ถ้ามีอาการปวดมาก อาจรับประทานยาแก้ปวด เช่น paracetamol ร่วมด้วยได้

5. ในรายที่เป็นหูชั้นนอกอักเสบชนิดร้ายแรง แพทย์อาจรับผู้ป่วยไว้รักษาในโรงพยาบาล และให้ยาต้านจุลชีพทางหลอดเลือด

การป้องกัน

1. ไม่ควรพยายาม แคะ หรือเขี่ย หรือขีดข่วนหูออก หรือทำความสะอาดหูโดยใช้ไม้พันสำลี นิ้วมือ หรือวัตถุใดๆก็ตาม

2. ไม่ควรล้างหูด้วยสบู่ หรือน้ำยาฆ่าเชื้อบ่อยๆ

3. ไม่ควรซื้อยาหยอดหูมาใช้เอง เพราะอาจแพ้ยาหรือส่วนประกอบของยาหยอดหูได้

4. ผู้ป่วยที่ต้องขีดหู ทำความสะอาดหูทุกครั้งหลังการอาบน้ำ เนื่องจากมีน้ำเข้าไปในช่องหูแล้วเกิดความรู้สึกรำคาญ ควรใช้สำลีหรือวัสดุอุดรูหู (ear plug) (ซึ่งหาซื้อได้ตามร้านกีฬา เป็นที่อุดหูสำหรับการว่ายน้ำหรือดำน้ำ) ทุกครั้งขณะอาบน้ำ เพื่อป้องกันไม่ให้น้ำเข้าหู จะได้ไม่ต้องขีดหูทุกครั้งหลังการอาบน้ำ

5. เมื่อมีอาการคันหู ไม่ควรปั่นหู โดยใช้ไม้พันสำลี นิ้วมือ หรือวัตถุใดๆก็ตาม ควรปรึกษาแพทย์