

Kõrvavaik

ja kõrvade puhastamine

Kõrvavaigu tootmine on väliskuulmekäigu normaalne ülesanne. Normaalselt puhastab kõrv end ise, kuid vaik tuleb eemaldada, kui sellega on seotud sümptomid, näiteks kuulmislangus, sügelus, valu, tinnitus, samuti siis, kui vaik takistab väliskuulmekäigu või kuulmekile objektiivset hindamist.



Piret Rospu

Tabasalu Perearstikeskus

Tõhusate meetodite hulka kuuluvad vaiku lahustavad vahendid, loputamine koos või ilma vaiku lahustava eeltötluseta, samuti mehaaniline eemaldamine. Puudub tõendus, et ühte meetodit peaks teistele eelistama.

Kõrvavaik on kombinatsioon sekreedist ja irdunud epiteelirakkudest. Vaik puhastab, kaitseb ja niisutab väliskuulmekäiku. Enamasti väljub vaik kõrvast spontaanselt isepuhastumise teel, mida soodustab lõualiigese liikumine. Mõnikord on spontaanne vaigu eemaldamine aga ebaefektiivne ja kõrvas tekib vaikummistus. Kõrvavaik on esmasjärguline probleem, mis mõjutab umbes 10% lastest, 5% tervetest täiskasvanutest, üle poolte eakatest

hooldusasutustes ja kolmandikku vaimupuudega inimestest.

Kõrvade vaikummistust diagnoositakse otoskoopial, kus on näha kõrvavaiku, mis osaliselt või täielikult takistab kuulmekile visualiseerimist. Vaigukorgi korral võivad subjektiivsete kaebuste hulka kuuluda kuulmislangus, täistunne kõrvas, sügelus, kõrvavalu, tinnitus, kõha ja harva tasakaaluhäired. Vaigukork võib eakatel põhjustada taaspöörduvat kognitiivsete funktsioonide langust. Vaigukork kõrvas ei takista kehatemperatuuri mõõtmist kõrvatermomeetriga.

Kõrvavaigu eemaldamiseks on võimalik kasutada kolme meetodit: vaiku lahustavad vahendid, veega loputamine ja mehaaniline eemaldamine instrumentide abil.

2018. aasta Cochrane'i ülevaates leiti, et vaigu pehmemdamiseks kõrvatiljade kasutamine on parem kui ravita jätmine, kuid pole teada, milline vahend on parim. Kõrvatilku on lihtne kasutada ja need on madala riskiga, kuigi mõned võivad põhjustada väliskuulmekäigu ärritust või kontaktdermatiiti. Vertiigo vältimiseks peaks kõrvatilku manustama kehatemperatuuril.

Kõrvavaigu eemaldamiseks on võimalik kasutada kolme meetodit: vaiku lahustavad vahendid, veega loputamine ja mehaaniline eemaldamine instrumentide abil.

Vaiku lahustavaid tilkasid kasutatakse tundide kuni päevade jooksul. Sageli soovitatakse kahe nädala pikkust kuuri, mis võib vaigukorgi eemaldamiseks olla piisav, kuna vedelamaks muutunud vaik tuleb loomulike vaigu välja lükkamise protsessidega kergemini välja. Samas on võimalik, et esialgu muudavad vaiku pehmemdavad tilgad enesetunde hoopis kehvemaks ja sellisel juhul võib lisaks vaigu pehmemdamisele vaja minna kõrvaloputust või vaigu mehaanilist eemaldamist.

Kõrvaloputust võib teha isoleerituna või pärast vaiku lahustavat eeltöötlust. Loputuseks on mitmeid tehnikaid ja vahendeid, kasutatakse nii süstlaid kui elektrilisi seadmeid. Ei ole andmeid, et üks oleks teisest parem. Vaiku pehmemdavate vahendite kasutamine üksi või enne kõrva loputamist on tõhusam kui ravita jätmine või loputamine üksi. Tüsistusi nagu kuulmekile perforatsioon või vertiigo tekib harva, umbes ühel juhul 1000 kõrvaloputuse kohta.

Mehaanilist eemaldamist eelistatakse patsientidel, kellel välis kuulmekäigu anatoomia on atüüpiline, kellel on kõrvu opereeritud, kellel on kuulmekile perforatsioon või kes põevad süsteemseid haigusi, mis suurendavad infektsiooni riski. Kõrvavaiku võib eemaldada konksu, aasa, lusikakese või väikeste pintsettide, samuti elektriliste aspiraatorite abil.

Patsiente peab õpetama, kuidas oma kõrvade eest hoolt kanda nii, et mitte vigastada kõrvu või oma tegevusega vaikummistust provotseerida. Vaigukoguste vähendamiseks võib kasutada alkoholi või vesinikperoksiidi sisaldavaid tilkasid ning vaigu pehmemdamiseks kasutada selleks ette nähtud tilkasid. Patsientidel, kellel tekib suures koguses kõrvavaiku, võib kasu olla kord nädalas oliiviõli sisaldavate kõrvatilkade kasutamisest. Kuuldeaparaadiga patsientidel



FOTO: FREEPIK

Patsiente peab õpetama, kuidas oma kõrvade eest hoolt kanda nii, et mitte vigastada kõrvu või oma tegevusega vaikummistust provotseerida. Vaigukoguste vähendamiseks võib kasutada alkoholi või vesinikperoksiidi sisaldavaid tilkasid ning vaigu pehmemdamiseks kasutada selleks ette nähtud tilkasid.

tuleb aeg-ajalt otoskoobiga kõrvu kontrollida. Vältima peaks kõrvaküünlaid ja võõrkehade toppimist kõrva (nagu vatitikud, pliiatsid, kirjaklambrid vm). Kõrvaküünlad on ebaefektiivsed ja võivad olla ohtlikud. Välis kuulmekäigu nahk uueneb enamasti nii, et selle käigus liigub vaik seestpoolt väljapoole, vatitikud võivad sellele vastu töötada ja vaiku sügavamale lükata. 🚫

Kasutatud kirjandus

1. Aaron. K., et al. Ear drops for the removal of ear wax. Cochrane Database Syst Rev. 2018 Jul 25;7(7):CD012171. doi: 10.1002/14651858.CD012171.pub2.
2. Michaudet. C., et al. Cerumen Impaction: Diagnosis and Management. Am Fam Physician. 2018 Oct 15;98(8):525–529.