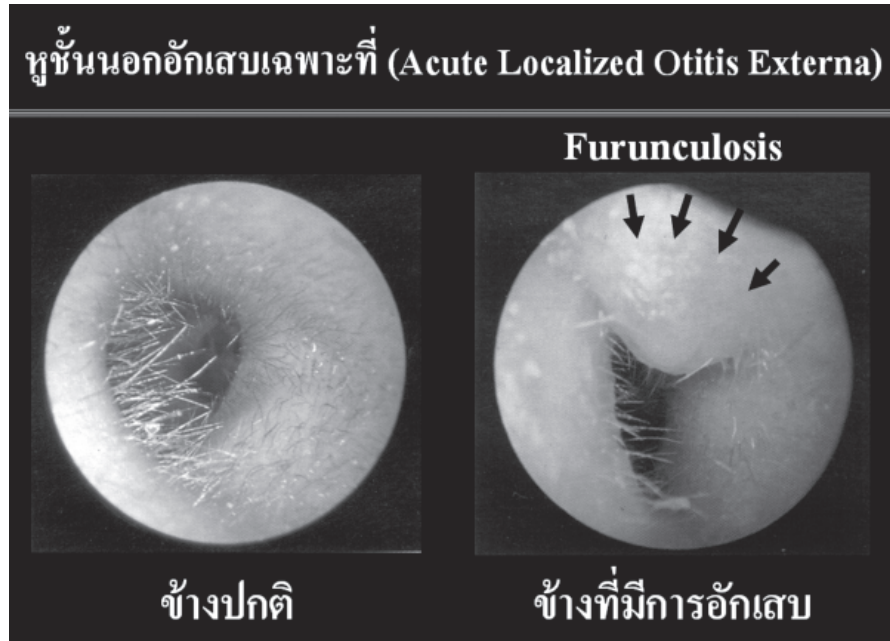


## หูชั้นนอกอักเสบ...ปวดหูจัง ทำไงดี

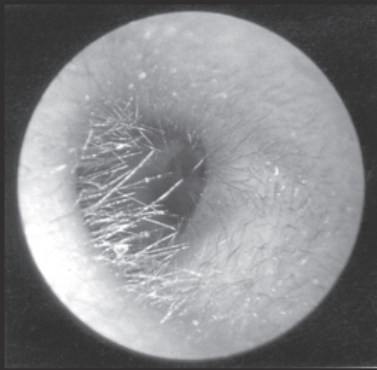


หูชั้นนอกอักเสบ (acute otitis externa) เป็นโรคที่พบได้บ่อย ผู้ป่วยมักมีประวัติปวดหูหรือเจ็บหู หลังจากน้ำเข้าหูแล้วเช็ดหูหรือแคะหู โดยเฉพาะหลังว่ายน้ำ การอักเสบของหูชั้นนอกอาจเป็นการอักเสบโดยทั่วๆไปทั้งหูชั้นนอก (acute diffuse otitis externa) หรือเป็นการอักเสบเฉพาะที่บริเวณส่วนนอกของหูชั้นนอก (acute localized otitis externa) โดยเป็นเพียงรูขุมขนอักเสบ หรือเป็นฝี (furunculosis) หรืออาจเป็นรุนแรงจนลุกลามเข้าไปยังหูชั้นกลาง ทำลายเส้นประสาทสมอง (cranial nerves), อวัยวะอื่นๆ รอบหู หรืออาจลามไปยังสมองได้ โดยเฉพาะในผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นโรคเบาหวาน, ผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการฉายรังสีหรือได้รับยาเคมีบำบัด, ผู้ป่วยที่ได้รับยาสเตียรอยด์เป็นระยะเวลานานๆ การอักเสบอาจเกิดจากเชื้อแบคทีเรียหรือเชื้อราก็ได้ ดังนั้นการให้การวินิจฉัยและรักษาตั้งแต่เริ่มต้นจะทำให้โรคหายเร็ว และป้องกันภาวะแทรกซ้อนดังกล่าวได้.

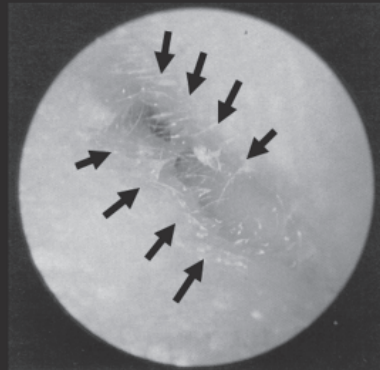


ปารยะ อาศนะเสน พ.บ.,  
รองศาสตราจารย์  
ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล  
มหาวิทยาลัยมหิดล

## หูชั้นนอกอักเสบแบบทั่วๆไป (Acute Diffuse Otitis Externa)



ข้างปกติ



ข้างที่มีการอักเสบ

### พยาธิสรีรวิทยา

ปกติหูส่วนนอกมีลักษณะทางกายวิภาคที่ป้องกันไม่ให้สิ่งแปลกปลอมหรือเชื้อโรคผ่านเข้าไปได้ กระดูกอ่อนหน้าหูทำหน้าที่เสมือนประตูปิดหูไว้ หูส่วนนอกไม่ตรง มีส่วนคอดที่แคบ มีขนสั้นและอ่อน มีต่อมไขมัน และต่อมที่ทำหน้าที่สร้างซีฟูให้ออกมาปะปนกับส่วนที่หลุดลอกออกมาจากชั้นผิวหนังของหูส่วนนอก เพื่อต่อต้านไม่ให้สิ่งแปลกปลอมหรือเชื้อโรคหลุดเข้าไปได้ และมีสารเคมีที่มีฤทธิ์เป็นกรด ซึ่งช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของแบคทีเรียและเชื้อรา นอกจากนี้ส่วนของไขมันที่เคลือบอยู่บนผิวหนังของหูส่วนนอก ยังทำหน้าที่ป้องกันการเปื่อยลอกของเยื่อของหูส่วนนอกอีกด้วย.

มีสาเหตุหลายสาเหตุที่ทำให้การป้องกันอันตรายดังกล่าวนี้เสื่อมหน้าที่ไปคือ

1. บางคนเข้าใจว่า ซีฟูนั้นเป็นสิ่งสกปรก จึงพยายามแคะหรือเช็ดออก ทำให้สารเคมีที่ปกป้องและไขมันที่ทำหน้าที่ให้ความชุ่มชื้นแก่ผิวหนังของหูเสียหายที่ไป.

2. จากการว่ายน้ำดำน้ำหรือล้างหูด้วยสบู่บ่อยๆ

ทำให้ซีฟูถูกละลายออกไปและทำให้เกิดภาวะเป็นต่างในหูส่วนนอก ทำให้เชื้อโรคเจริญเติบโตได้ดี.

3. บางคนมีหูที่แคบ แต่มีซีฟูมาก เมื่อเวลาน้ำเข้าไปในหู ทำให้เกิดอาการหูอื้อ เพราะเวลาน้ำออกไม่ได้ ทำให้ต้องแคะหู เช็ดหู ทำให้เกิดการอักเสบของหูส่วนนอกได้ และเป็นบ่อยๆ.

4. จากความเครียดทางอารมณ์ ทำให้บางคนแคะหู โดยใช้นิ้วมือหรือวัตถุใดๆก็ตาม ทำให้มีรอยถลอก หรือแผลเกิดขึ้นได้ เชื้อโรคจะเข้าไปตามรอยแผลนั้นเกิดการอักเสบขึ้น.

5. ความร้อน และความชื้นในสภาวะอากาศที่ร้อน อาจทำให้ความชุ่มชื้นในหูสูงผิดปกติ เชื้อโรคเจริญได้ดี.

6. โรคทางระบบอื่นๆ เช่น โรคเลือด โรคขาดวิตามิน โรคของระบบต่อมไร้ท่อและโรคผิวหนังบางชนิด เช่น ผิวหนังอักเสบจากการสัมผัส (contact dermatitis) โรคภูมิแพ้ของผิวหนัง เช่น บางรายแพ้ยาหยอดหูที่มียาต้านจุลชีพ neomycin เป็นส่วนประกอบ บางรายแพ้ยาฆ่าเชื้อส่วนของแว่นตา หรือแพ้เครื่องช่วยฟังชนิดที่ใส่อยู่ในหู บางรายแพ้เชื้อ

แบคทีเรียจากโรคหูน้ำหนวกเรื้อรัง (chronic otitis media) โดยหนอง เนื้อเยื่อที่ตาย หรืออักเสบที่ไหลออกมาจากหูชั้นกลาง ทำให้มีการระคายเคือง และเกิดการอักเสบของรูหูส่วนนอก (secondary otitis externa) ได้.

#### อาการ

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

#### อาการแสดง

1. ผิวหนังของรูหูส่วนนอกบวมแดงเฉพาะที่ อาจเห็นลักษณะหัวฝี หรือบวมทั้งหมด ถ้าเป็นมากจะมองไม่เห็นรูหูส่วนนอกเลย เพราะเกิดการอุดตัน.

2. อาจพบหนองที่มีกลิ่นเหม็นอยู่ภายในรูหูส่วนนอก อาจพบเนื้อเยื่อที่ตาย หรืออักเสบ.

3. เวลาเคลื่อนไหวใบหู จะมีอาการเจ็บมาก.

4. อาจพบต่อมน้ำเหลืองบริเวณหน้า หรือหลังหูโต (pre- or post-auricular lymphadenopathy) ได้.

5. ในรายที่เป็นมาก อาจทำให้ใบหูยื่นไปข้างหน้าได้ บริเวณกระดูกมาสตอยด์มีการบวมแดงและกดเจ็บ (mastoiditis) หรือมีอัมพาตของเส้นประสาทสมอง (cranial nerve palsy) บางเส้น เช่น VI, VII, IX, X, XI, XII ได้.

#### การรักษา

1. ทำความสะอาดรูหู โดยใช้สำลีพันปลายไม้ หรือพลาสติก เช็ดเบาๆ ด้วยความนุ่มนวล หรือใช้เครื่องดูดของเหลว (suction) ดูดหนอง และเนื้อเยื่อที่ตาย หรืออักเสบออก (aural toilet).

2. รับประทานยาต้านจุลชีพ เพื่อรักษาการติดเชื้อในช่องหูชั้นนอก ประมาณ 7-14 วัน ถ้าเป็น acute localized otitis externa มักเกิดจากเชื้อ

*Staphylococcus aureus* ยาต้านจุลชีพที่ควรเลือกใช้ ถ้าผู้ป่วยไม่ได้แพ้ยา penicillin คือ cloxacillin, dicloxacillin, cephalexin แต่ถ้าผู้ป่วยแพ้ยา penicillin อาจพิจารณาเลือกใช้ยา clindamycin แทน ถ้าเป็น acute diffuse otitis externa มักเกิดจากเชื้อ *Pseudomonas aeruginosa* ยาต้านจุลชีพที่ควรเลือกใช้คือยา antipseudomonas quinolones เช่น ciprofloxacin, levofloxacin.

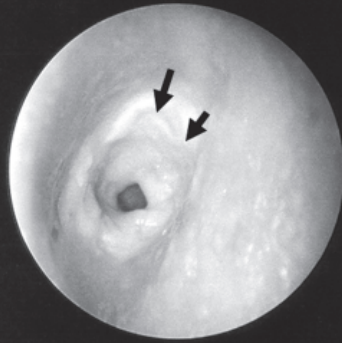
3. ใช้ยาหยอดหูซึ่งมียาต้านจุลชีพ และ/หรือยาสเตียรอยด์ หยอดวันละ 3-4 ครั้ง (ยกเว้นรายที่เป็น acute localized otitis externa ที่ไม่มีการแตกของฝี) ในทางปฏิบัติ แนะนำให้ใช้ยาต้านจุลชีพ ที่มีส่วนผสมของทั้ง polymyxin B และ neomycin ก่อน เนื่องจากกลุ่มเชื้อแบคทีเรียส่วนใหญ่ที่เป็นสาเหตุของการติดเชื้อในหูชั้นนอก ในรายที่แพ้ยา polymyxin B อาจให้ gentamicin ชนิดเดี่ยวแทนได้ เมื่อไม่ได้ผล อาจพิจารณาใช้ chloramphenicol แทน ปัจจุบันมีการนำยาในกลุ่ม quinolone เช่น ofloxacin มาทำในรูป otic solution ซึ่งยาประเภทนี้ครอบคลุมเชื้อแกรมลบได้ดี จึงมักใช้ในรายที่มีการติดเชื้อแกรมลบรุนแรง เช่น คือต่อยาชนิดอื่นๆ ดังกล่าวข้างต้น.

4. ถ้ารูหูส่วนนอกบวมมาก ไม่สามารถหยอดยาหยอดหูลงไปได้ ควรใช้ผ้ากอซเล็กๆ (ear wick) ขุดยาหยอดหูที่มีส่วนผสมของยาสเตียรอยด์ เพื่อช่วยลดบวม ใส่ไว้ในรูหูชั้นนอกประมาณ 24 ชั่วโมง (เป็นเหมือนสะพานให้ยาหยอดหูไหลเข้าไปส่วนในของช่องหูได้) เมื่อรูหูส่วนนอกยุบลง และมีรูให้ยาหยอดหูผ่านเข้าไปได้ จึงเอา ear wick ออก.

5. ถ้ามีอาการปวดมาก อาจรับประทานยาแก้ปวด เช่น พาราเซตามอลร่วมด้วยได้.

6. ในรายที่เป็นหูชั้นนอกอักเสบชนิดร้ายแรง (malignant otitis externa) ซึ่งมักพบในผู้ป่วยโรคเบาหวาน, ผู้ป่วยอายุมาก, ผู้ป่วยที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง, ผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการฉายรังสี หรือได้รับยาเคมีบำบัด, ผู้ป่วยที่ได้รับยาสเตียรอยด์เป็นระยะเวลานานๆ และมักมี cranial nerve palsy เชื้อที่มักเป็นสาเหตุ

## หูชั้นนอกอักเสบ (Acute Otitis Externa)



พบหนอง (ลูกศร) อยู่ภายในรูหูส่วนนอก



ใส่ฝ้ายก๊อซ (Ear Wick)

คือ *Pseudomonas aeruginosa* แพทย์ควรรับผู้ป่วยไว้รักษาในโรงพยาบาล และให้ยาต้านจุลชีพ anti-pseudomonals ทางหลอดเลือด.

### การป้องกัน

1. ไม่ควรพยายามแคะหรือเช็ด หรือเช็ดขี้หูออก หรือทำความสะอาดหูโดยใช้ไม้พันสำลี นิ้วมือ หรือวัตถุใดๆ ก็ตาม.
2. ไม่ควรล้างหูด้วยสบู่ หรือน้ำยาฆ่าเชื้อบ่อยๆ.
3. ไม่ควรซื้อยาหยอดหูมาใช้เอง เพราะอาจแพ้

ยาหรือส่วนประกอบของยาหยอดหูได้.

4. ผู้ป่วยที่ต้องเช็ดหู ทำความสะอาดหูทุกครั้ง หลังการอาบน้ำ เนื่องจากมีน้ำเข้าไปในช่องหูแล้วเกิดความรู้สึกรำคาญ ควรใช้สำลีหรือวัสดุอุดรูหู (ear plug) (ซึ่งหาซื้อได้ตามร้านกีฬา เป็นที่อุดหูสำหรับการว่ายน้ำหรือดำน้ำ) ทุกครั้งขณะอาบน้ำ เพื่อป้องกันไม่ให้น้ำเข้าหู จะได้ไม่ต้องเช็ดหูทุกครั้งหลังการอาบน้ำ.

5. เมื่อมีอาการคันหู ไม่ควรปั่นหู โดยใช้ไม้พันสำลี นิ้วมือ หรือวัตถุใดๆ ก็ตาม.