



Kaj je vnetje sluhovoda?

Vnetje zunanega sluhovoda (t. i. »uho plavalcev«) je vnetje kože v sluhovodu. Največkrat se pojavi v poletnih mesecih, ko otroci preživijo več časa v vodi. Vnetje povzroča bolečino, srbenje in nelagodje ter lahko vpliva na otrokovo počutje in sluh.

Okužba se razvije, ko je zaščitna pregrada kože v sluhovodu poškodovana ali oslABLJENA zaradi dolgotrajne prisotnosti vode, praskanja, grobega čiščenja ušes ali kožnih bolezni (npr. ekcema).

Kako prepoznamo vnetje sluhovoda?

Ob vnetju sluhovoda lahko opazimo težave, kot so: **bolečina v ušesu**, zlasti ob pritisku na hrustanec pred uhljem ali pri žvečenju, **srbenje** v ušesu, **občutek zamašenega ušesa** ali **slabši sluh**, **rdečina in oteklina** sluhovoda, **izcedek** iz ušesa (belkast ali gnojav), pri hujšem poteku okužbe tudi **povišana telesna temperatura**. Občasno sta prizadeti obe ušesi hkrati.

Kako ga preprečujemo?

- Po kopanju **nagnite glavo** na stran, da voda odteče, in **nežno obrišite ušesa z brisačo**, lahko uporabite tudi posebno pršilo, ki sluhovod osuši in ohrani naravno kislost kože.
- Izogibajte se **čiščenju ušes z vatiranimi palčkami** ali drugimi predmeti, ki lahko poškodujejo kožo sluhovoda.
- **Ušesnega masla**, ki naravno ščiti sluhovod, ne odstranjujte; ob povečani tvorbi masla lahko občasno uporabite pripravke na oljni osnovi.
- **Izogibajte se plavanju v onesnaženih vodah.**
- **Zaščitni ušesni čepi** so lahko koristni za otroke, ki so nagnjeni k pogostim vnetjem.

Kako postopamo?

1. **Lajšanje bolečin.** Po potrebi lahko otrok prejme zdravila za lajšanje bolečin (paracetamol, ob močnejši bolečini lahko tudi ibuprofen) v primernem odmerku.
2. **Obisk zdravnika.** Če je izcedek obilen, bo zdravnik očistil sluhovod, da omogoči boljše delovanje zdravila.
3. **Lokalno zdravljenje.** Zdravnik bo običajno predpisal kapljice ali pršilo za uho, ki vsebujejo antibiotik, protiglivično zdravilo in/ali protivnetno zdravilo (kortikosteroid), lahko se vstavi tudi poseben, z zdravilom prepojen trak iz gaze.
4. **Skrb za uho.** Otroku med zdravljenjem ušesa ne sme močiti.

Kdaj k zdravniku?

- Če otrok toži zaradi hude bolečine v ušesu,
- če se pojavita oteklina uhlja ali izcedek iz ušesa,
- če ima otrok ob vnetju sluhovoda tudi povišano telesno temperaturo,
- če opazite poslabšanje sluha,
- če težave trajajo več kot 2 dni kljub ustrezni oskrbi.



Gradivo je informativne narave in kot tako namenjeno izključno splošnemu informiranju. Gradivo ne more nadomestiti pregleda pri zdravniku. Opisane informacije so splošne narave in morda niso primerne za vsak posamezen primer. V primeru nejasnosti ali vprašanj se posvetujte s svojim zdravnikom, v primeru nujnih stanj vedno pokličite 112. Gradivo temelji na smernicah, veljavnih v maju 2026. Pregledali so ga pediatri in zdravniki, ki obravnavajo otroke in mladostnike. Avtorji gradiva ne zagotavljajo, da so informacije vedno popolne, popolnoma posodobljene ali primerne za vsak klinični primer. Prav tako ne prevzemajo odgovornosti za kakršnekoli posledice, ki bi lahko nastale zaradi uporabe navedenih informacij. Uporaba gradiva je na lastno odgovornost.