

➔ ARGIZARIZKO TAPOIA PREBENITZEKO ETA ERAUZTEKO GOMENDIO ERABILGARRIAK



Ohiko osasun arazoak

ZER DIRA ETA ZERGATIK AGERTZEN DIRA ARGIZARIZKO TAPOIAK?

Argizariak edo zerumenak belarria garbitu, lubrifikatu eta infekzioetatik eta gorputz arrotzetatik babesteko balio du. Belarriek berez botatzen dute argizaria kanporantz.

Oro har, argizaria metatzeak ez du molestiarik sortzen. Hala ere, batzuetan argizaria pilatu eta tapoi bat sortzen du. Horrek honako sintoma hauek eragin ditzake: molestiak belarrian, entzumen-galera, zarata edo txistuak, zorabioa, bertigoia eta, audifonoak eramanez gero, gailua jartzeko zailtasunak. Kasu horietan, tapoia erauzi egin behar da.

Adinak, audifonoak erabiltzeak edo ile ugari izateak tapoia sortzea errazten dute.

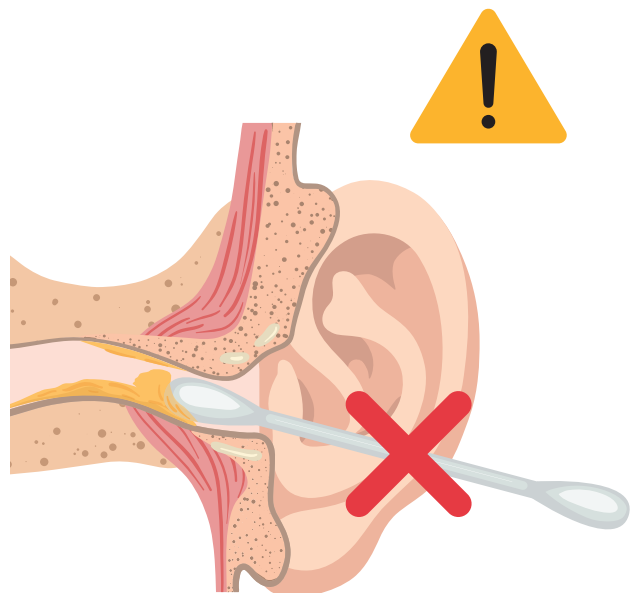


TAPOIAK AGERTZEA PREBENITZEKO AHOLKUAK

Oro har, ez da beharrezkoa belarriak garbitzea. Hori egin behar baduzu, garbitu hatz erakuslearekin belarria eta hodiaren kanpoaldea, gaza edo zapi fin bat erabiliz. Argizari gehiegi metatzen bada, oliba-olioa edo bestelako produktu komertzialak erabil ditzakezu tapoirik ez sortzeko. Ez erabili maiz garbigarriak (xaboia, alkohola...).

Garrantzitsua da belarrietan ez sartzea higiene-materialik, hala nola bastoi-ziririk edo bestelako tresnarik.

Oro har, ez da komeni tapoia erabiltzea, baldin eta otitisa edo igerilariaren belarria izateko joera ez baduzu.



➔ ARGIZARIZKO TAPOIA PREBENITZEKO ETA ERAUZTEKO GOMENDIO ERABILGARRIAK

ZER EGIN SINTOMAK ERAGITEN DIZKIDAN TAPOI BAT BADUT?

1 Eskatu zita bat zure osasun-zentroan.

2 Tapoia erauzi aurretik:

- Bete 3-3-3 araua: eman 3 oliba-olio tanta, 3 aldiz egunean, 3 egunez jarraian, kaltetutako belarran.
- Tantak eman ondoren, mugitu belarria apur bat, hatzekin tira eginez, eta eduki burua kontrako alderantz minutu batzuetan.

3 Erauzketan:

- Belarria miatuko dizugu otoskopio baten bidez.
- Tapoia erauzteko prozedurarik ohikoena irrigazioa da. Prozedura honetan, ura edo serum fisiologikoa sartzen da entzunbidean, presio arinarekin, 60-100 ml-ko xiringa bat erabiliz.
- Prozedura ez da mingarria, baina deserosoa izan daiteke. Min egiten badizu edo eztarrian ur-fluxua nabaritzen baduzu, prozedura eten egin behar da.
- Ez bada lortu tapoia erauztea, egun batzuen buruan prozedura errepika daiteke, 3-3-3 araua berriro bete ondoren.

4 Erauzi ondoren:

- Likidoa metatzen denez, baliteke entzumen-galera edo zorabio arina nabaritzea, baina ordu gutxiren buruan desagertzen da.
- Irrigatu ondorengo 4-5 egunetan, saiatu belarriak lehor edukitzen eta ez sartu urik belarran.

EGIN KONTSULTA BALDIN ETA...

- Tapoi bat duzun susmoa baduzu, baldin eta belarriko kirurgiaren bat izan baduzu, tinpano-zulaketak edo otitisak maiz izatearen aurrekariak badituzu. Kasu horietan, egin beti kontsulta belarran tantak edo tratamenduak eman aurretik.
- Belarran otitis edo infekzio sintomak badituzu: mina, hantura, gorritasuna, edo likidoa edo zornea.
- Tapoia erauzi ondoren entzumena ez baduzu berreskuratzen, odoljarioa edo mina baduzu, zorabioak edo bertigoak badituzu.

