Jaké ušní kapky?

Poznámka redakce

Toto je poslední článek naší série Equaleasy, která spočívá na kurzu na vyrovnávání tlaku v uších vytvořeném díky spolupráci DAN Europe se šampionem ve volném potápění Andreou Zuccarim. Je to také první článek, který vyšel, když už Andrea není mezi námi. Tragicky zmizel po přístrojovém potápění, když prováděl údržbu na stanovišti pro volné potápění v Šarm el Šajchu v Egyptě 28. srpna. Všichni v DAN Europe truchlíme nad ztrátou dobrého přítele a blízkého spolupracovníka a naše srdce patří Andreovým blízkým. Nikdy na něj nezapomeneme.

Potápěči mají ke svým uším zvláštní vztah. Starají se o ně skoro stejně pečlivě jako o svou potápěčskou výbavu. Jakékoli špatné zacházení s touto částí těla bývá neúmyslné, spíše je výsledkem nějaké chyby nebo přehlédnutí.

Proslulé jedlé ingredience

Stojí za to si připomenout, že ocet je jednou z nejuznávanějších přísad námořníků a potápěčů. Odstraňuje inkrustace, neutralizuje nematocysty medúz, a přestože mechanismus účinku není přesně znám, má se za to, že posiluje imunitní systém a udržuje vysoký krevní tlak na uzdě. Další známou přísadou, alespoň v oblasti Středomoří, je olivový olej. Působí proti cholesterolu a staří Řekové jej používali místo mýdla nebo pro kosmetické ošetření. Mnohem později, vlastně teprve od nedávna, se olivový olej začal používat i díky svým změkčujícím a hydroizolačním vlastnostem ke zklidnění spálenin od slunce. Dlouho byly tyto dvě ingredience používané hlavně pro lahodné salátové dresinky považovány také za všelék na ušní problémy. Ocet i olivový olej však mohou obsahovat alergeny přírodního původu (a také alergeny z konzervačních látek), které mohou vyvolat podráždění. Vhodnější než zmíněné kuchyňské přísady jsou farmaceutické produkty, které jsou účinnější, méně agresivní, dobře dávkovatelné, a také bezpečnější.

Péče o uši

Považovat uši za součást výbavy není chybou, uši jsou totiž vystavovány stresorům jak z vodních mikroorganismů, tak i následkem změn tlaku. Mnoho potápěčů pečuje o své uši stejně pečlivě jako o své zařízení pro ovládání vztlaku (BCD) a regulátory – po potápění si je vyplachují.

Někteří potápěči si také preventivně ošetřují uši před a po každém ponoru doma vyrobeným roztokem. S výjimkou bazénů jsou všechny vodní plochy domovem velkého množství mikroorganismů, od planktonu až po bakterie, které mohou způsobovat infekce zvukovodu. Ingredience pro optimální protiopatření jsou známy přibližně od počátků potápění a všechny z nich jsou snadno dostupné: voda, alkohol a ocet. Vlastně spíše ledová kyselina octová, nebo čistá kyselina octová. Samozřejmě je důležité vytvořit správnou směs. DAN doporučuje 5 % ledové kyseliny octové, 10 % vody a 85 % alkoholu. Kyselá složka vytváří nehostinné prostředí pro bakterie, zatímco alkohol napomáhá úniku vody z buněk.

Více kapek

Zátky vytvořené ušním mazem, které už mnozí potápěči zažili, mohou bránit vyrovnání tlaku, což může mít vážné důsledky pro bubínek, a tedy i sluch. Zátky z ušního mazu by se měly změkčovat glycerinovými kapkami.

Ale pozor, tlumený sluch a pocit plnosti v uchu nemusí být nutně příznakem hromadění ušního mazu. Může to být také důsledek problému s průchodností trubic, tj. problému ve středním uchu. Po ponoru, při kterém jste měli potíže s vyrovnáním tlaku, byste měli vzít v úvahu, že potíže mohou být způsobeny i otokem trubic v důsledku zánětu, nebo mohl zevnitř na bubínku ulpět nějaký sekret. A taková situace je pouze jeden z mnoha případů, kdy by bylo lepší poradit se s odborníkem, než podniknete nějaké kroky.

K dalším možným případům patří infekce vnějšího ucha: Jedná se o infekci bakteriální, virovou nebo plísňovou? Asi devadesát procent infekcí zevního ucha je bakteriálního původu, deset procent bývá plísňových a virové infekce jsou vzácné. Ale na každou z těchto infekcí je zapotřebí jiných léků.

Nejdůležitější je zjistit, zda nedošlo k poškození ušního bubínku. V případě perforace, byť nepatrné, mohou kapky situaci zhoršit. Tzv. „organické“ nebo „přírodní“ léky prodávané v bylinkářstvích a bohužel i v některých lékárnách mohou způsobit alergie.

Na čem se shodují odborníci

Kapky gálenické směsi *ocet-voda-alkohol*, aplikované do zvukovodu před a po potápění, se ukázaly jako velmi užitečné a lze je bez problémů použít. Kapky proti svědění lze použít i při absenci jiných příznaků.

V případě svědění nebo v horším případě intenzivního nepohodlí nebo bolesti by bylo nejlepší nezavádět žádné „domácké“ přípravky dříve, než dojde k poradě s odborníkem.

O autorovi

Člen DAN od roku 1997, Claudio Di Manao je potápěčský instruktor PADI a IANTD. Je autorem řady odborných knih a románů o potápění, včetně Shamandura Generation, napínavého vylíčení potápěčské komunity v Šarm el Šajchu. Spolupracuje s různými časopisy, rádiovými stanicemi a novinami – vždy na téma bezpečnost při potápění, život v moři a u moře a cestování.

Překladatel: Klement Hartinger