

## الإفراط في استخدام السماعات يصيب الأذن بالالتهاب



إعداد: مصطفى الزعبي

أصيبت الأمريكية جوليا أديس بالعدوى في الأذن بسبب استخدام سماعات الأذن لمدة 8 ساعات يومياً، بسبب عملها «كمجيب في خدمة العملاء عن بعد في بداية جائحة «كوفيد-19»

ما استدعى زهابها إلى الطبيب المتخصص في الأذن والأنف والحنجرة بالمركز الطبي بجامعة راش، الذي أخبرها أن الإفراط في الاستخدام تسبب بالتهابات الأذن وتهيج قناة الأذن

«وقال مايكلويدس: «أولاً وقبل كل شيء، للعلاج يجب استخدام جهاز يناسب قناة أذنك

تختلف كل من سماعات الأذن وقنوات الأذن للأشخاص بشكل كبير من حيث الحجم والشكل، لذلك قد يستغرق الأمر بعض التجربة والخطأ للعثور على الزوج المناسب لك

من المهم التأكد من أن سماعات الأذن تناسب أذنيك، وللتأكد من ملاءمتها بشكل صحيح، تأكد من أنها موضوعة بشكل مناسب في الأذنين دون أن تكون كبيرة أو صغيرة لأنها في بعض الأحيان، إذا لم يكن الجهاز ثابتاً بشكل يتسبب في حدوث تهيج في قناة الأذن ويضيق أنه إذا استخدمتها لفترات أطول، يمكن أن تتراكم الرطوبة وتجعل أذنيك أكثر عرضة للعدوى أو التهيج.

وأضاف عند استخدام سماعات الأذن، امنح نفسك فترات راحة، حتى لا يزيد خطر الإصابة بالالتهاب. وأشار إلى ضرورة مراجعة طبيب عند المعاناة من الألم دون الاعتقاد أنها حساسية، إذ يعتقد الكثير أن الخطأ الذي يرتكبونه هو أن الالتهاب سيختفي من تلقاء نفسه، وينتهي الأمر في الواقع بالتدهور.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.