

## Πώς να αντιμετωπίσετε τον πόνο στο αυτί του παιδιού

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Ο πόνος

στο αυτί είναι κάτι που μπορεί να οφείλεται σε διάφορες αιτίες, αλλά συνήθως περνάει μετά από λίγο. Εάν, ωστόσο, το πρόβλημα είναι πιο σοβαρό, τότε υπάρχουν ορισμένες κινήσεις που μπορείτε να κάνετε.

Με πόνο στο αυτί από κρυολόγηματο παιδί μπορεί να έχετε δυσκολία στον ύπνο, να εμφανίσει πυρετό και να έχει βλεννώδεις εκκρίσεις από την ρινική οδό με πράσινο ή κίτρινο χρώμα (ένδειξη μόλυνσης).

Πώς μπορείτε να αντιμετωπίσετε τον πόνο:

Ενημερώνουμε οπωσδήποτε τον παιδίατρο.

Μετά τη συμβουλή του χρησιμοποιήστε παυσίπονα: Αναλγητικά που είναι μη-στεροειδή και αντιφλεγμονώδη αλλά και η ακεταμινοφαίνη θα βοηθήσουν το παιδί σας να αισθανθεί καλύτερα. Δίνοντας κάτι στο παιδί σας για τον πόνο πριν τον ύπνο είναι ιδιαίτερα σημαντικό.

Αντιμετωπίστε τον πυρετό, εάν υπάρχει, με αναλγητικά ή αντιπυρετικά.

Εφαρμόστε θερμότητα στο αυτί, επειδή μπορεί να βοηθήσει με τον πόνο: Χρησιμοποιήστε για παράδειγμα μια ζεστή πετσέτα. Συχνά ο παιδίατρος συνιστά κομπρέσες στα αυτιά για να ανακουφιστεί από τον πόνο.

Ενθαρρύνετε την ξεκούραση: Η ανάπαυση θα βοηθήσει τον οργανισμό του παιδιού να καταπολεμήσει την λοίμωξη. Πολλά παιδάκια ίσως χρειαστεί να διακόψουν τον παιδικό σταθμό ή και το σχολείο εάν πρόκειται για σοβαρή μόλυνση.

Χρησιμοποιήστε σταγόνες για τα αυτιά: Μόνο όμως μετά τη συμβουλή ενός γιατρού.

Μην διακόπτετε την αντιβίωση χωρίς οδηγίες από τον παιδίατρο.

Τέλος, δείτε ποια στάση βολεύει το παιδί. Επικρατεί η άποψη ότι αν βάλετε το παιδάκι να καθίσει όσο γίνεται περισσότερο όρθιο, αυτή η θέση βοηθάει να ελαττωθεί η πίεση στο μέσο αυτί και ανακουφίζεται από τον πόνο.

Εάν το παιδί σας δεν είναι καλύτερα μετά από μερικές ημέρες θεραπείας στο σπίτι, καλέστε τον γιατρό σας. Εκείνος θα σας συμβουλεύσει για τη χρήση φαρμάκων, ή περαιτέρω εξέτασης.

**Πηγή:** [mothersblog.gr](http://mothersblog.gr)