



ประเภท : บทความ

หัวข้อ : เคียวหมากฝรั่งช่วยอาการหูอื้อ (ด้านสังคม)

โดย : สมจิตร

ลงวันที่ : พุธที่ 15 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ.2561

เข้าชม : 3751

เรื่อง : เคียวหมากฝรั่งช่วยอาการหูอื้อ

อาการหูอื้อเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของความดันอากาศอย่างกระทันหัน ปกติแล้วความดันภายในเยื่อแก้วหูจะพอ ๆ กับบรรยากาศภายนอก เพราะในหูชั้นกลางจะมีท่ออยู่ท่อนึง มีชื่อว่า “ยูสเทเชียน”(Eustachian tube) ซึ่งเป็นท่อที่เชื่อมต่อระหว่างหูชั้นกลางและโพรงหลังจมูก ท่อนี้จะคอยทำหน้าที่ปรับความดันในหูชั้นกลางให้เท่ากับบรรยากาศภายนอก แต่เมื่อเกิด การเปลี่ยนแปลงของความดันอากาศขึ้นอย่างฉับพลัน เช่นเวลาที่เราขึ้นที่สูง ความดันบรรยากาศรอบตัวเราก็จะลดลง ทำให้ความดันที่อยู่ภายในหูของเราสูงกว่าความดันอากาศที่อยู่ภายนอก ความดันในหู ที่สูงกว่าอากาศข้างนอกก็จะดันออก ความต่างตรงนี้ทำให้หูเราอื้อไปชั่วขณะ แต่มันจะกลับไปเป็นปกติได้อีกครั้ง หากท่อยูสเทเชียนนี้ถูกเปิดออกแล้วก็เกิดเสียงดังป๊อก บางครั้งก็เกิดขึ้นเอง เป็นระยะ ๆ โดยไม่ต้องทำอะไรเลย

อาการหูอื้อนั้นมีโอกาสเป็นได้จากหลายสาเหตุ

ตั้งแต่มีไข้หรือสิ่งแปลกปลอมอุดตัน น้ำเข้าหู การส่งน้ำมูกแรง ๆ ไอ - จาม และการได้รับการกระทบกระเทือนอย่างรุนแรงหรือได้ยินเสียงดังมากๆ เช่น ประทัด หูอื้อเนื่องจากแก้วหูทะลุ หูอื้อเนื่องจากมีของเหลวค้างอยู่ในหูชั้นกลาง พบบ่อยในเด็กที่เป็นหวัด หรือติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจส่วนบน หูอื้อแบบแน่นในหู อาจมีสาเหตุจากการระบายน้ำของท่อระบายลมหูชั้นกลางอุดตันชั่วคราว เช่น เวลาลงจากเครื่องบินใหม่ๆ หรือช่วงที่เป็นหวัด ซึ่งจำเป็นต้องอาศัยผู้เชี่ยวชาญในการตรวจวินิจฉัย

หนึ่งในวิธีแก้ปัญหานี้ก็คือ การเคี้ยวหมากฝรั่ง หลายคนอาจจะคิดว่าการเคี้ยวหมากฝรั่งทำให้กรามขยับทำงานแล้วก็ทำให้เกิดเสียงป๊อปขึ้นในหู แต่ความเป็นจริงแล้วก็คือ เวลาที่เราเคี้ยวหมากฝรั่งจะไปช่วยกระตุ้นให้มีการผลิตน้ำลายและทำให้น้ำลายลงไปทำให้ท่อยูสเตเชียนนี้เปิดออก ซึ่งจะทำให้หูเกิดเสียงป๊อปขึ้นนั่นเอง วิธีที่ได้ผล คล้าย ๆ กันก็คือ การกลืนน้ำลาย ดื่มน้ำ หรือจะใช้วิธีอมลูกอม หรือหาบ เป็นต้น

โดย ศศิธร ไทงามศิลป์

เรียบเรียงโดย สมจิตร ตาลสุก