

**A gyermekkori orrmandula megnagyobbodásának és  
a középfül savós folyadékgyülemének (SOM) kezelése  
a P.E.A.N.U.T.<sup>TM</sup> módszerrel**

**Szülői oktatóanyag**

**Ph.D. Dr. Szóke Henrik  
2018**

**A bemutatott eszközök, termékek beszerezhetők:**

**T: +3620-4729459**

**gyermekkalauz@gmail.com**

# A középfül savós folyadékgyülemének fokozatai

## 1. stádium

- a *fülküirt szellőzési zavara*
- hullámzó lefolyású *dobüregi vákuum*
- *légvezetési halláscsökkenés*

## 2. stádium

- a nyálkahártya *hyper-, ill. metapláziája*
- *dobüregi savó*
- az *orrmandula* időszakos *duzzanata* vagy *tartós szöveti túltengése*
- gyakoribb *középfül gyulladások*

## 3. stádium

- *szövődmények*: *dobüregi összetapadások, hegesedés, behúzódásos hámzsákok, a hallócsontok lenövése, dobhártya atrófia, koleszterin granulóma*

## Kezelési stratégia a konvencionális medicinában

**Az amerikai szakmai társaságok 2016-os útmutatása szerint**

- 1) Az első három hónapban: figyelmes kivárás (watchful waiting)
- 2) A gyógyszeres kezelés:
  - dekongesztáns orrspray, melegítés, orrhigiéne a rutin ellátásban
  - az antibiotikumok, nyákoldók, antihisztaminok, szteroidok nem hatásosak/ajánlottak
- 3) A műtéti beavatkozások mérlegelése:
  - 4 éves kor alatt első lépésben szellőztető csövecske beültetése
  - 4 éves kor felett adenotomia dobhártya bemetszés és/vagy szellőztető csövecske beültetésével javasolt

**A magyar módszertani levél (2010) alapján**

- korosztályoktól függetlenül az adenotómia a javasolt beavatkozás

# Az integratív medicina kezelési stratégiája

## A P.E.A.N.U.T.<sup>TM</sup> módszer egyes elemei

**P**neumatization exercises = a dobüreg szellőzését segítő eljárások

**E**ducation of parents and patient = a szülők és a gyermekek oktatása

**A**llergy-diet = célzott eliminációs diéta allergia esetén

**N**asal spray and hygiene = orrspray és orrhigiéne

**U**seful constitutional therapy = hasznos alkati kezelés

**T**hermal interventions = meleg külső beavatkozások, ápolás

## **P = a dobüreg szellőzését segítő eljárások**

- I. Nyomás nélküli passzív gyakorlatok
- II. Alacsony nyomású gyakorlatok (0 - kb. 50 mmHg)
- III. Közepes nyomású gyakorlatok (kb. 50-100 mmHg)
- IV. Nagy nyomású autoinsufflációs gyakorlatok (kb. 100-150 mmHg)
  - a) Ballonos technikák
  - b) Valsalva manőver
  - c) Misurya manőver

## **P = a dobüreg szellőzését segítő eljárások**

### **I. Nyomás nélküli passzív gyakorlatok**

Az Eustachian tube rehabilitation therapy (ETRT) elemei

- 1) A rágó mozgás intenzitásának és gyakoriságának fokozása, Barrett és Straub módszerével (interdentális nyelvlökéses nyelésre)
- 2) Éneklés, furulyázás, tátogás, ásítás
- 3) A külső orrnyílás izomzatának erősítése



# **P = a dobüreg szellőzését segítő eljárások**

## **II. Alacsony nyomású gyakorlatok**

Egy orrlyukból fújás egyre nagyobb távolságból



**P = a dobüreg szellőzését segítő eljárások**

### **III. Közepes nyomású gyakorlatok**

Autoinfláció tiszta orrüregnél (anyósnyelv, trombita)





## **P = a dobüreg szellőzését segítő eljárások**

### **IV. Nagy nyomású autoinszufflációs gyakorlatok**

- a) Ballonos technikák (OTOBAR, Otovent, Pisce orrballon)
- b) Valsalva manőver
- c) Misurya manőver



## **E = szülők felvilágosítása és a gyermek oktatása**

### *Eszközei:*

- részletes ábrák / szemléltető eszközök / visszakérdezés
- tennivalók részletes magyarázata:
  - nem csak azt, hogy mit, hanem azt is, hogy hogyan, meddig ...
- a közvetítés módja a gyermek életkorához és a szülők megértési készségeihez mérten
- lehetőségek sokszínű tárháza, közösen végzett, jókedvű, játékos eszközök felkínálása/választása



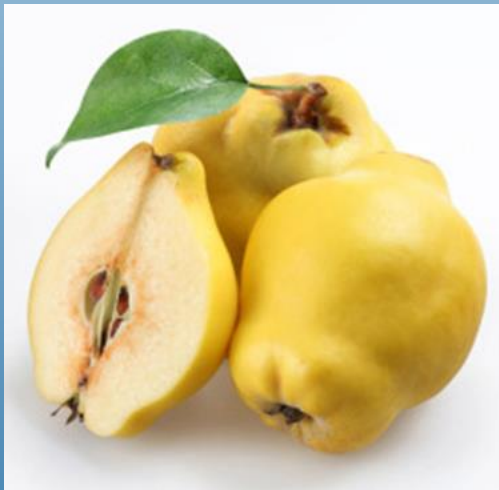
## **N = orrspray és orrhigiéne**

**Orrspray**  
**1-2%-os só-oldat**  
vagy

birsalma

és

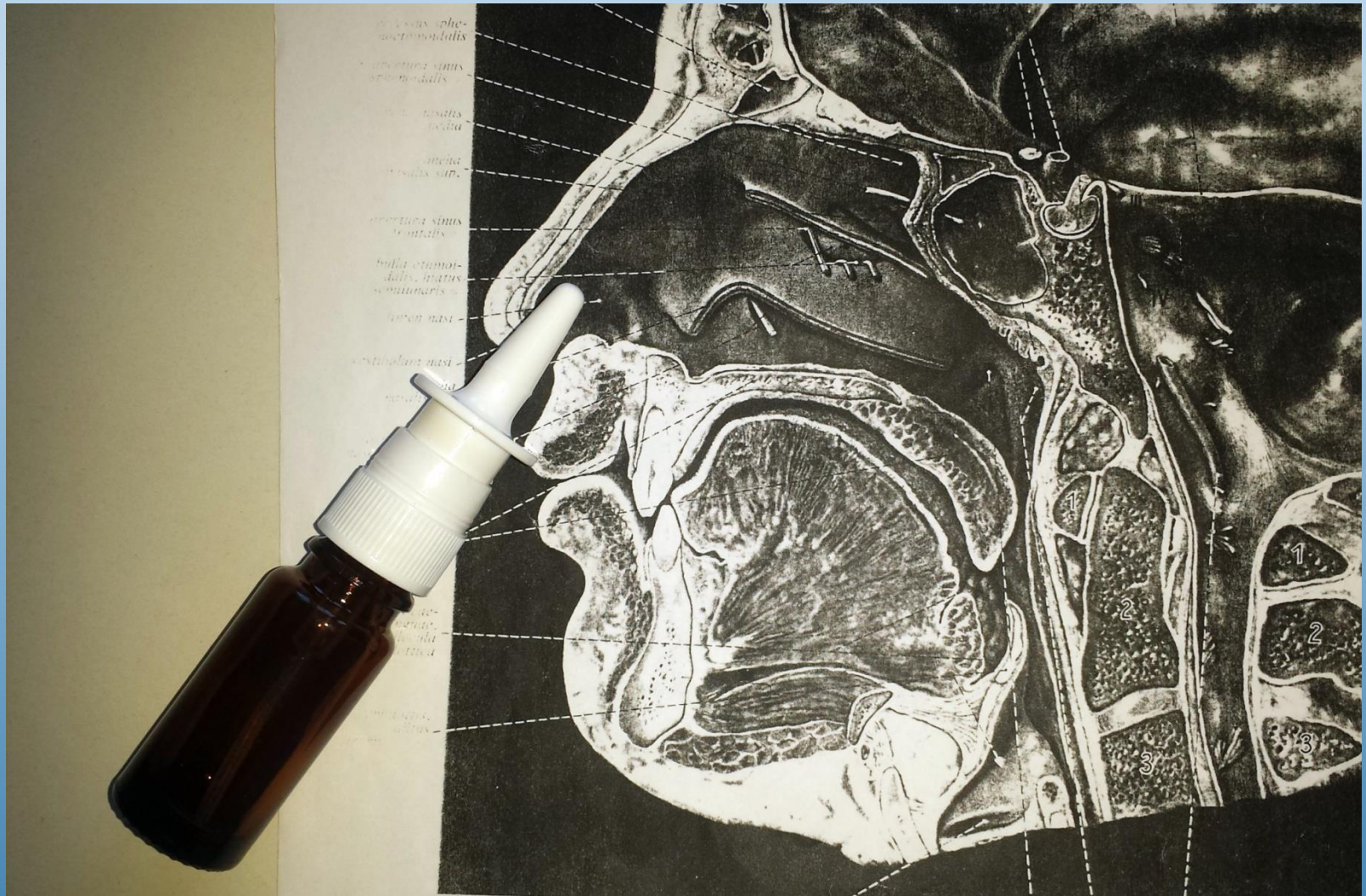
citrom



glicerines kivonata (Gencydo) 1-2 % só oldatban napi 4-5 x

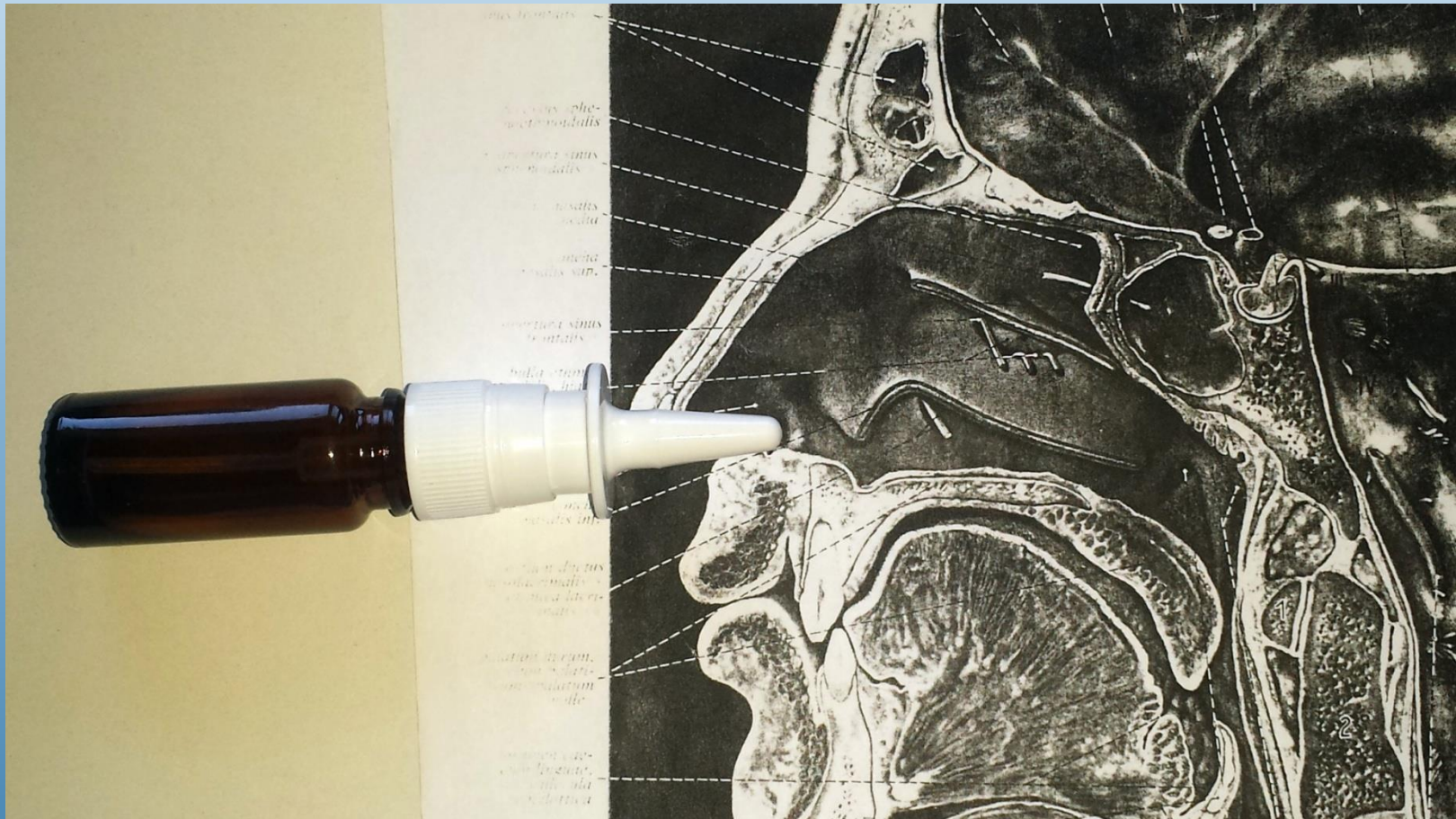


# Az orrspray gyakori (helytelen) alkalmazása





# Az orrspray hatékony alkalmazása



# Orrhigiéne

Az orrot gyakran tisztítsuk, ha dugult, csorog, nyákos.

Az orrfújásnál ügyeljünk arra, hogy egyszerre csak egy orrlyukát fogja be a gyermek.

Két orrlyuk egy pillanatra se legyen egyszerre elszorítva!

A levegőnek a váladékkal együtt szabadon kell kiáramolnia az orrból, hogy ne torlódhasson vissza.

**U = hasznos alkati kezelés**

**Nem allopátiás alkati készítmény**

**Berberis/Quarz Glob. WALA**

sóskaborbolya

és

kvarc



napi 3x5 golyó 3-6 hónapig



## T = meleg külső beavatkozások, ápolás

### *Helyi eljárások:*

- infravörös lámpa és fülmelegítő sapka heti 2-3x néhány percig a fül környékére

### *Szisztémás eljárások:*

- hőhidak kerülése megfelelő ruházatban
- meleg (40-45°C-os) lábfürdők napi váltásban

1-2%-os sós vízzel

és

szárított gyömbér porral





## Lábfürdő sós vízzel

emelkedő hőmérséklettel.

Este lefekvés előtt végezzük.

A gyerek melegen fel van öltözve, csak a nadrágszárát húzzuk fel. Az edény akkora legyen, hogy a két talp teljesen és kényelmesen felfeküdhessen a talapzatán, és olyan magas, hogy majdnem térdig érjen.

Annyi vízzel kezdünk, hogy kb. a vádli közepéig érjen.

Az oldat: 2%-os sóoldat (pl. 10 liter vízbe 20 dkg sima konyhasót oldunk fel). Egy kevés levendula hozzáadásával megnövelhetjük a lábfürdő nyugtató hatását.

35°C-nál (mérve, nem saccolva!) kezdjük, 10 perc alatt forró víz lassú hozzáadásával 39-40°C-ra emeljük a hőmérsékletet.

Utána még 5 percet várunk.

Leszárítva, gyapjú zokniba bújva gyerünk az ágyba.

## Gyömbérporos lábfürdő

úgy készül, hogy a gyerek lehetőleg térdig beteszi a lábát egy jó meleg vízzel telt vödörbe vagy szennyestartó műanyag edénybe. Eközben egy kicsi (15-20 cm átmérőjű) láboskába 2-3 dl vizet teszünk, és felforralunk. Miközben melegszik a víz, kanalanként (3-4 EK) csomómenetesre belekeverjük a gyömbérport. Amikor a víz elkezd forni, a por pépessé sűrűsödik. Ekkor levesszük a tűzről és belekeverjük a lábfürdő vizébe.

Néhány perc múlva elkezd kimelegedni a gyermek. Amikor viszketni, csípni kezdi a gyömbér a lábát, akkor fejezhetjük be. Meleg vízzel lemossuk a gyömbért, és kis olivaolajjal bekenjük, majd ágyba fektetjük.

## A lábfürdő kellékei



## A P.E.A.N.U.T.<sup>TM</sup> módszer indikációs feltételei

### Javasolható:

- a *SOM 1.* stádiumában fluktuáló tünetek esetén;
- a *SOM 2.* stádiumában a 3 hónapos figyelmes kivárás idején;
- *nem veszélyeztetett gyermek* esetén, ha a szülők konzervatív megoldásokat előnyben részesítve késleltetik az invazív beavatkozást.

### Önmagában történő alkalmazása **nem javasolt:**

- a *SOM 3.* stádiumában;
- bármely *rizikócsoportha* tartozó gyermek (ASD, pervazív fejlődési zavar, gyengénlátó vagy vak, szindróma, hasadék stb.), veszélyeztetett (súlyos halláscsökkenés, a beszéd elmaradása stb.), súlyosabb (alvási apnoe, általános fejlődési elmaradás stb.), szövődményes lefolyás (adhéziók, cholesteatoma stb.) esetén;
- kifejezetten megnövekedett adenoid vegetáció (orrmandula) esetén.

Minden indikáció esetén FOG szakorvosi kísérettel történjék.

## **A P.E.A.N.U.T.™ módszer hozzáadott értéke**

### 1) alkalmazása esetén

szignifikánsan magasabb arányú az orrmandula visszahúzódása, mint spontán visszahúzódás vagy pusztán konvencionális konzervatív kezelés során,

### 2) alkalmazása esetén

- kevesebb műtéti beavatkozás,
- kevesebb antibiotikum, láz- és fájdalomcsillapító szükséges,

### 3) alkalmazása

- illeszkedik az aktuális nemzetközi szakmai trendekhez,
- jobb végrehajtással és hatásossággal jár,

### 4) alkalmazása

- kontrollált körülmények között, biztonságos algoritmus szerint integrálja a különböző terápiák egyedileg mérlegelt kombinációját,

### 5) alkalmazásával

- a klinikusok a műtét előtti figyelmes kiválasztás időszakára színesíthetik, szélesíthetik, hatékonyabbá tehetik vele konzervatív terápiás eszköztárukat.

**Az eszközök, termékek beszerezhetők:**

**T: +3620-4729459**

**gyermekkalauz@gmail.com**





**Köszönöm megtisztelő figyelmüket!**