



認識外耳疾病

相信很多人曾經挖過耳朵。其原因不外乎耳朵癢〈因疾病或因神經反射〉、外耳異物〈耳垢、分泌物、浸水、小蟲或異物等〉、或外耳道不適感等。雖然挖耳朵是很平常的習慣性行為，但其中含有鮮少人知的危險：

一、所用工具的危險：

(一)一般人習慣性的挖耳朵所使用的工具，多半未經過消毒或消毒不全，其使用後的結果不難想像，急性或慣性〈黴菌〉感染是難免的事。

(二)粗糙的工具：耳刮子、探針、火柴棒、羽毛尾、髮夾、市售棉棒等不勝枚舉，使用結果時會引起外傷出血或鼓膜穿孔。

二、方法的危險：

外耳道有 2.5 到 3.5 公分深，若不用特殊器械不容易看清外耳道裡面的所有變化。尤其是對幼兒未看清全貌而任意去挖，不但與事無補，更會招致外傷或續發性感染等問題。例如：棉棒脫落、耳垢阻塞、小蟲侵入深部、鼓膜穿孔、外傷出血、續發性感染，甚至引起外耳道狹窄變形等問題。

三、延誤原罹疾病或因挖耳朵引起外耳炎：

(一)外耳道癢：正常的耳朵鮮少耳癢，但是當耳垢變多、外耳道有異物〈如異狀物、小蟲或污垢等〉或皮膚疾病時，很容易引起難耐的耳多癢，而這些狀況會讓人養成習慣性的挖耳朵。終至不知不覺之間，使原有疾病加劇，應及早就醫了解其因。

(二)游泳或洗頭以後的清潔耳朵：健康的外耳道皮膚表面有層保護皮膚的角化層，可預防細菌感染。但浸泡水分後該角化層會軟化，若未乾時去刻意的擦乾外耳道會傷及角化層，而招致細菌感染，所以耳朵浸水千萬不可隨便去擦拭。

(三)長期的耳漏：有些病人因患長期性的耳漏，而養成自行挖耳朵清潔的習慣，結果延誤做進一步檢查，招致失聰、腦部感染或癌症等嚴重後果。

(四)習慣性的清潔外耳道：有一些潔癖的人，以為外耳道很容易堆積污垢，而三

中心診所醫療財團法人中心綜合醫院



106 台北市大安區忠孝東路 4 段 77 號

(02)2751-0221 <http://www.clinic.org.tw>

不五時習慣性的挖耳朵，經年累月把皮膚表面的角化層破壞掉，招致皮膚過度過敏，時常感到耳朵癢。奉勸大家千萬不要養成自行清潔外耳道的習慣。

(五)千萬不要在幼兒面前挖耳朵示範：幼兒很喜歡學習大人的行為，當幼兒看見大人們挖耳朵的動作時，他也會拿起竹棒挖耳朵，是件極危險的事，所以大人們要特別小心。

(六)挖耳朵雖然是普通常見的習慣性行為，但其背後隱藏著不少危險，請大家養成不隨便挖耳朵的好習慣。