

لماذا تنسدّ الأذن عند السفر بالطائرة؟



يعاني الكثير من ركاب الطائرات من مشكلة انسداد الأذنين خاصة عند الإقلاع والهبوط، وينتج ذلك عن اختلال الضغط على جانبي طبلة الأذن، ما يسبب شعوراً لدى المسافرين بانسداد الأذنين، وما يلبث هذا الشعور بالزوال بعد دقائق . يقول العلماء إن أجسامنا تضبط نفسها بسلاسة تبعاً لتغيرات الضغط من حولنا من دون أن نلاحظ ذلك، إلا أن التغيرات المفاجئة في الضغط التي تحدث أثناء إقلاع الطائرة وهبوطها أو عند الغوص في المحيطات وتسلق الجبال، لا تمنح الجسم فرصة للتأقلم مع هذه التغيرات .

والمعروف أن الأصوات تنتقل من الأذن الخارجية إلى الأذن الداخلية عبر طبلة الأذن، وهي غشاء رقيق يشكل حاجزاً يمنع دخول السوائل، لكنها تسمح لأصداء الغلاف الجوي بالمرور عبرها، ويجب أن يكون الضغط على جانبي طبلة الأذن متساوياً تقريباً لسماع الأصوات بشكل جيد .

وبحسب طبيعة عمل الأذنين، يكون الهواء محاصراً دوماً في الأذن الداخلية، وعندما يتغير الضغط بالارتفاع أو الانخفاض، ترتفع كثافة الهواء أو تنخفض في الداخل، وينتج عن ذلك دفع طبلة الأذن إلى الداخل أو الخارج . وعندما يتساوى الضغط، فإن ما يحدث في الواقع هو تحرير الهواء من الأذن الداخلية باتجاه الحلق عن طريق أنابيب النفير، وتشترك الأذنان مع الأنف والحلق في هذه العملية، وهذا ما يجعل التثاؤب أو مضغ العلكة يساعد على التخفيف من

انسداد الأذنين .

ويولد الشعور بانسداد الأذن أثناء رحلات الطيران وتحديداً وقت الإقلاع والهبوط، شعوراً سيئاً للكثيرين لاسيما الأطفال والمصابين بنزلات البرد . وفيما يلي بعض الإجراءات البسيطة يمكنها الإسراع في التخلص من هذا الشعور المزعج: التثاؤب: التثاؤب القوي لمرات عدة يساهم في معادلة الضغط بالأذن وبالتالي التخلص من الشعور بانسدادها . اللبان والحلوى: مضغ اللبان أثناء الإقلاع أو وضع قطعة حلوة صغيرة في الفم من الأمور التي يوصي بها الخبراء . مناورة فالسالفا: إن لم تفلح هذه المحاولات يمكن تجربة ما يعرف طبياً بـ"مناورة فالسالفا" التي تعتمد على الزفير بشكل مضاد للمجاري التنفسية المغلقة ويمكن تنفيذها ببساطة من خلال غلق الفم بإصبعين ثم الزفير بقوة مع غلق الفم .

وقت مناسب لإرضاع الأطفال: لتخفيف المشكلة على الأطفال يفضل إطعامهم أو إرضاعهم في الأوقات التي يتغير فيها ضغط الهواء لأن تناول الطعام أو الرضاعة يحفز حركات المضغ والمص لدى الطفل ويقلل من ألم الأذن . تجنب النوم أثناء الإقلاع: يحذر الخبراء من نوم الأطفال أثناء الإقلاع أو الهبوط لأن قناة استاكيوس تنفتح مرات عدة في الدقيقة الواحدة بشكل تلقائي في حالة الاستيقاظ وهو ما يمكن أن يساهم في التخلص من الضغط على الأذن . بخاخ الأنف: الإصابة بنزلات البرد تجعل المشكلة مضاعفة إذ يستغرق الوصول لتوازن الضغط في الأذن فترة أطول لذا . ينصح الأطباء باستخدام بخاخات الأنف قبل السفر بنصف ساعة للتخلص من الانسداد

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024