

摩登耳燭清垢 有危險



近年耳燭由歐美傳入，在香薰店或美容院內亦不難找到各類產品或服務。到底何謂耳燭？怎樣用？耳燭可以為耳朵做大掃除嗎？耳鼻喉科醫生怎樣評價？

甚麼是「耳燭療法」？

耳燭療法 (ear candling/coning 或 auricular candling) 約有五千多年的悠久歷史，屬民間療法，在亞洲、埃及和美國印第安人間亦有使用。原理據稱是利用插於外耳的耳燭燃燒時產生的熱力引起煙囪效應，火焰使耳燭內的空氣振動，輾轉輕輕按摩耳膜，再配合輕柔的面部淋巴引流按摩，令穢物從耳道抽出。據稱耳燭是用蠟、蜂蠟、蜂蜜和香草、香薰油等，注入棉布或亞麻布製造，內裏並放置過濾器防止物質掉入耳內。每對耳燭的售價約由\$10至\$80左右。

聲稱的好處

根據部分產品資料，耳燭療法聲稱可減輕耳痛、耳癢、頭痛、偏頭痛、壓力和精神

緊張，特別適合耳水不平衡、耳鳴、鼻竇炎、花粉症、傷風感冒及失眠人士使用。

幼兒、孕婦不可用

耳燭治療非人人合用，部分產品資料指出，對蠟或蜜蠟過敏人士或有耳病正接受治療人士不適用。此外幼兒/活躍小童、孕婦或甲狀腺亢進患者皆不可用。

耳燭程序

- ◆ 先側身躺下，將頭放在枕頭上。
- ◆ 按摩面部和耳穴，鬆弛神經。
- ◆ 將毛巾分別放置在枕頭、面部、頭髮和頸上。
- ◆ 可將耳燭較細一端穿過一塊約12厘米x12厘米的鋁箔紙（俗稱錫紙），以防蠟

或灰等雜物掉下。

- ◆ 燃點耳燭，將耳燭插入錫紙洞內約5厘米。
 - ◆ 慢慢將已插入錫紙的耳燭放進耳洞。
 - ◆ 讓耳燭燃燒至界線位置，先把耳燭移開，用水弄熄耳燭。
 - ◆ 然後用消毒藥水清洗耳朵及休息約10至15分鐘。
 - ◆ 在完成兩隻耳朵的程序後，部分治療師會繼續為顧客按摩頭、肩、頸部，以舒緩疲累。
- 美容院的耳燭服務收費每45分鐘約由\$250至\$380不等，收費視乎所用耳燭類別、地區及服務人員的資歷而定，事前宜問清楚收費。



燃點耳燭



耳燭不宜單獨用，應由他人協助把耳燭輕輕插入耳內。



燒至界線，先移開耳燭，用水弄熄耳燭。

不宜單獨用

根據部分產品資料，用耳燭時需留意以下各點：

◆ 耳燭一般約23厘米長，燒至界線位置約10分鐘。

◆ 在家用時，應由他人協助使用，不宜單獨行事，行內人士指使用時配合頭部按摩效果會更好，一般建議在睡前用。

◆ 須在安靜且沒有風的環境進行，使用時小心火種。

◆ 部分產品有防火套管防止火燃燒超過界線位置，或/及可用錫紙盤以防止雜物掉下傷及皮膚，但仍要小心使用。

◆ 女士們宜束起頭髮，避免頭髮飛起。

◆ 可利用輔助工具，例如錫紙、盛了

水的窄口耐熱玻璃瓶或磁器，方便中途暫時擺放耳燭或熄滅耳燭。

耳燭清垢有危險

1996年耳鼻喉醫學期刊《Laryngoscope》發表在美國進行有關耳燭療法的安全及效用研究，研究以模仿耳道進行壓力測試，結果顯示耳燭不能在耳道

清理耳垢知多些

耳垢是甚麼？

耳朵有耳垢十分正常，耳垢（俗稱耳屎）是由耳道的正常分泌物和外耳道的死皮等積聚而成，對耳道有保護、滋潤和殺菌功能。耳垢黏住表皮，當皮膚更新，舊皮向外推及脫落，耳朵結構會自動清理耳垢，所以大部分人不用特別方法或時間清除。若由於某些原因自行採耳，由於耳道有少許彎曲，若用手指、耳挖、捲細的衛生紙或棉花棒等清理耳垢，可能將耳垢愈推愈入、容易傷及外耳皮膚，若耳挖或捲細的衛生紙等不乾淨，甚至引起感染。

耳垢有機會影響聽覺？

耳垢一般分油性和乾性，耳垢再多也有空隙讓聲音通過，甚少會阻礙聽覺，除非有特殊原因，例如耳垢變硬或游泳時耳道有水，耳垢脹大造成耳朵有壓力或感到脹痛，有需要求診。

有耳垢阻礙怎麼辦？

滴耳藥

坊間有毋須醫生處方的滴耳藥售賣，聲稱滴入耳內可溶解或軟化耳垢，耳垢會自行脫落排出，售價每瓶數十元。耳鼻喉科醫生表示每個人的耳垢情況不一，是否有效清除耳垢視乎個別情況及滴耳藥的性質是否適合患者，未必一定有效。此外，如患者察覺不到耳膜已有破損，用滴耳藥可能引致中耳發炎。

傳統採耳

採耳的人須小心觀察耳垢位置及用耳挖取出耳垢，由於耳道有些微彎曲，若用力不當或一時不慎，採耳時可能弄傷耳

道，消費者亦要留意用具的衛生情況，避免受感染。由於容易引致損傷及感染，耳鼻喉科醫生並不鼓勵此傳統方法。



溫水灌洗耳道

若家庭醫生認為有需要清除耳垢，會用溫水灌洗耳道。這方法必須由受過訓練的註冊醫生處理，因水溫過高或過低可能引起暈眩或不適。

方法是用壓力將20至30毫升約37℃的溫水向外耳道壁噴射，要注意的是耳道發炎或耳膜曾穿破的人不適用，因水分可能進入中耳而引致發炎。

專科醫生診治

若耳膜曾穿破或耳垢阻礙檢查耳朵，專科醫生需用顯微鏡觀察，並以真空吸管取走耳垢，這方法即使耳膜曾穿破也沒有問題，相對其他方法較安全。

飛蟲入耳急救法

在郊外或日常生活中，飛蟲有機會鑽進耳朵，在耳內活動令當事人感到不舒適和非常疼痛。急救方法是給患者滴油入耳，用橄欖油或食油均可，萬不可用刺激性溶劑如高濃度火酒。油的黏性可減少飛蟲的活動能力及令其窒息，及後應向耳鼻喉科醫生求診。

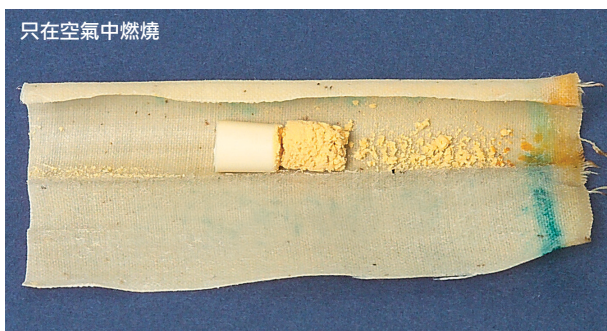
資料由耳鼻喉專科白威醫生提供

耳燭裏留有「耳垢」？

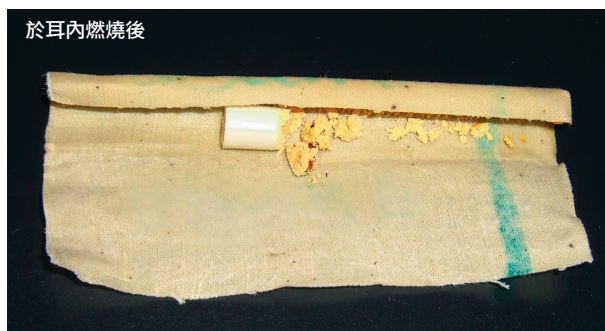
本會分別將兩支相同牌子及氣味的耳燭燃點，一支按產品指示的用法，放進耳朵內讓其燃燒，另一支只讓它在空氣中燃燒，兩支都燒至界線位置，用水弄熄火後，用手翻開剩餘部分，發現無論有否用於耳內，燃燒後的耳燭都見到有物質殘留。



燃燒前



只在空氣中燃燒



於耳內燃燒後

無論有否用於耳內，燃燒後的耳燭翻開時都見到有物質留下。

耳燭小測試

產生負壓，臨床實驗亦顯示未能清除外耳道的耳垢。研究又調查122名耳鼻喉專科醫生處理的個案，發現21宗嚴重損害和耳燭療法有關，其中6宗病人暫時失去聽覺，其他問題包括13宗遭燒傷，7宗耳道遭蠟堵塞及1宗耳膜穿破，當中有人出現超過一個徵狀。

香港耳鼻喉頭頸外科學會義務秘書何偉權醫生表示，雖然該會沒有耳燭療法引致耳朵受傷的統計數據，但該會會員及他本人都曾醫治因用耳燭而受傷的患者。耳鼻喉專科醫生不建議消費者胡亂用外物插進耳道，容易令耳道受損。

用耳燭後有問題的個案

兩位耳鼻喉科醫生接觸過以下個案，從中可見若干用者遇到的問題及善後情況。

個案一

去年11月尾，年約二十餘歲的女士接受耳燭療程後，右耳覺得非常疼痛及感到有阻塞，兩三天後往求診。經檢查後，專科醫生發現耳膜表面有微絲血管爆裂及長出血泡引致痛楚，幸好耳膜沒有穿破。醫生相信因耳膜曾受近期創傷所致，病人經醫生清理耳朵及服用處方藥物後已無礙。

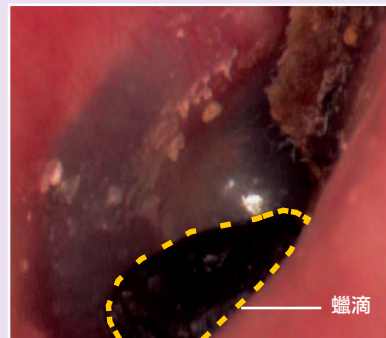
個案二

年約五十餘歲的女士因為耳朵痕癢，斷續地光顧美容院的耳燭療程約兩年，由於情況沒有改善而求診。檢查後發現耳內有蠟滴，外耳道有感染，蠟滴移除後須用滴耳藥治療，沒有造成永久性損害。

個案三

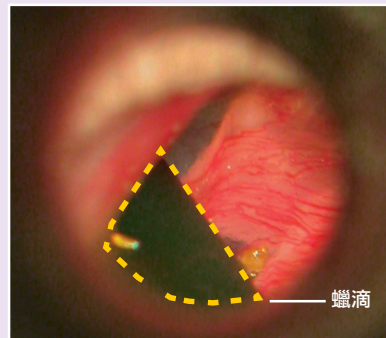
一名年約三十餘歲的女士出於好奇，到美容院光顧耳燭療程，過程中已感到有物質掉入耳內，深感憂慮。次天求診，發現

個案二：右耳耳道發現蠟滴和有感染，除蠟後須用滴耳藥治療。



蠟滴

個案三：用儀器輔助觀察左耳耳道，發現蠟滴掉入耳內，移除蠟滴後無恙。



蠟滴

(照片由何偉權醫生提供)

耳內有蠟滴，移除後無恙。

外地監管情況

加拿大健康局(Health Canada)

加拿大健康局認為未有科學證據支持耳燭療法有醫療效用，該部門的研究結果顯示燒着的耳燭在耳道內未能產生足夠的熱力或吸力，但卻有許多研究證明耳燭是危險的，可引致火災、嚴重燒傷或熱蠟滴入耳、皮膚或頭髮損害等。因此該部門建議避免用耳燭，有耳垢問題應找醫生處理。

美國食品及藥物管理局(Food and Drug Administration)

美國當局認為耳燭屬醫療儀器，不批准聲稱具醫療效用的耳燭在市場售賣，並發出指引禁止進口有醫療聲稱的耳燭。

歐洲委員會

歐洲未有禁止使用耳燭，若耳燭符合歐洲醫療儀器的標準93/42(EEC)，製造商可於產品標示CE標誌，表示產品符合一般健康及安全規定。

台北市政府衛生局

當地衛生局認為耳燭治療是屬於清除耳垢方法，非醫療行為，消費者在接受該服務時應注意安全和衛生，以免被燙傷或因使用的毛巾不衛生而遭傳染皮膚病。

本港衛生署意見

衛生署認為現時未有科學證據支持耳燭療法有醫療效用。耳燭療法可引致嚴重燒傷或熱蠟滴入耳等身體損害，市民有耳垢問題應找醫生處理。

專科醫生意見

用耳燭有機會導致耳道受傷

耳鼻喉專科白威醫生稱現時未有科學證據證明耳燭除耳垢的成效。據他瞭解，耳燭療法在本港多數在美容中心進行。部

分產品資料介紹消費者可在家中使用，他不認同此推銷手法，因會令消費者產生錯覺以為在家用屬安全。

白醫生稱曾治療不少採用耳燭後出現問題的個案，大約幾個月便有一個案，患者多數稱在美容中心被游說使用。問題包括耳道遭蠟堵塞、耳道遭熱力損傷或熱蠟灼傷，更有耳道受細菌感染等。

小童不宜用耳燭

耳燭有明火，若用於兒童，火貼近面部，可能會引起兒童慌張和恐懼，若他們不能安靜且隨意亂動，更會引致危險。醫生若有需要為兒童檢查耳朵或清理耳垢，一般需用各種方法先讓兒童安靜下來，再小心翼翼進行有關程序，所以並不認為兒童適合用耳燭。白醫生認為有關部門必須監管耳燭產品，不可容許產品附醫療聲稱，以免誤導消費者。

業界意見

香港美容業總會

該會認為耳燭的應用在歐美以至本地美容水療中心亦頗普遍。耳燭是民間的「療法」，能以千年計持久於民間承傳，可見民間對其價值的肯定，而現時耳燭主要應用於美容、水療等非醫療場所，該會同意在未有充份證據或調查結果，不應聲稱耳燭有醫治效果。

消費者應視耳燭為舒緩減壓的服務，操作人員必須經合適訓練，採取正確的安



全步驟指引，讓消費者充份地瞭解整個療程，尤其是小童。若不肯定客人能安心接受療程，不宜勉強進行。耳燭需用明火，須特別注意環境安全，該會不建議未經訓練人士於家中使用。

香港化粧品同業協會

該會一名理事長對部分產品聲稱耳燭適合患有耳水不平衡、耳鳴、鼻竇炎、花粉症人士有保留；另外又指出耳燭內有過濾可防止物質掉入耳內。



耳燭用明火，沒有錫紙或毛巾等保護面部或頭髮，有可能被掉下的灰燼或蠟燙傷。