

Klaren van de oren

Met de neusklem geen oorpijn bij het duiken

Heb je weleens zo'n druk op je oren gevoeld dat het pijn doet? Het kan je overkomen in een vliegtuig als je verkouden bent, maar ook bij het duiken. Hoe kun je die pijn voorkomen? Deze clip laat het zien.

Een man heeft zijn duikpak aangetrokken: duikbril, snorkel, flippers, én een duikpak dat hem beschermt tegen het koude water. Hij is goed voorbereid op zijn duik. Hij heeft een goede uitrusting, hij heeft hulp van een duikinstructeur én hij heeft geoefend met het 'klaren van zijn oren'.

Om te weten wat dat "klaren" is, kijken we even achter het trommelvlies, in het middenoor. Door de druk van het water in het oor, bolt het trommelvlies naar binnen. Het trommelvlies komt dan tegen de kleine oorbotjes aan, en dat doet pijn. Die pijn kun je laten verdwijnen door stevig uit te ademen, terwijl je je mond en neus dicht houdt.

Omdat de lucht niet naar buiten kan, stroomt het naar het middenoor. De druk aan de binnenkant van het trommelvlies wordt zo weer even groot als die aan de buitenkant. En de pijn gaat dan weg. Dit noemen duikers "het klaren van de oren".