

C'est une inflammation ou une infection de l'oreille. On distingue deux types d'otite: l'otite externe et l'otite moyenne. La plupart du temps, elles disparaissent toutes seules en quelques jours, mais parfois elles peuvent entraîner des complications ou des séquelles.

## Otite externe :

C'est une infection du conduit auditif externe. La présence d'eau dans le conduit l'affaiblit et des bactéries ou des champignons causent l'otite externe.

**Symptômes :** Elle est souvent très douloureuse, provoquant une sensation d'oreille bouchée, une production de cérumen blanchâtre et fluide et parfois une suppuration.

**Traitement :** Elle est généralement traitée avec des gouttes auriculaires aux antibiotiques et corticoïdes pour réduire l'inflammation. Des anti-inflammatoires pour soulager la douleur. Parfois aussi avec des antibiotiques sous forme de comprimés ou de sirops. **Il faut empêcher l'eau de pénétrer dans l'oreille jusqu'à ce qu'elle soit guérie.**

**Prévention :** Pour éviter les otites externes, il faut **éviter d'avoir les oreilles humides et d'utiliser des cotons-tiges pour les nettoyer.** Les nageurs qui souffrent souvent d'otites externes devront utiliser des bouchons auriculaires étanches.

**Il ne faut jamais utiliser de coton-tige pour nettoyer les oreilles.**

## Otite moyenne :

L'oreille moyenne est la cavité située derrière le tympan. Elle contient les osselets qui assurent la transmission du son. La trompe d'Eustache est un canal qui la relie au nez et facilite son drainage.

L'otite moyenne est très fréquente chez l'enfant, mais existe aussi chez l'adulte. La trompe d'Eustache se bouche à cause de rhumes, d'allergies ou de végétations et bloque le drainage des sécrétions de l'oreille.

**Symptômes :** mal à l'oreille, sensation d'oreille bouchée, une baisse d'audition, malaise générale, fièvre, maux de tête, nausées, vomissements, diarrhée. Chez le nourrisson, irritabilité, pleurs, fièvre. La libération du liquide par l'oreille en général calme la douleur.



**Traitement :** **Consultez votre médecin.** Le traitement vise à soulager les douleurs, à débloquer la trompe d'Eustache et à traiter l'infection quand elle est présente. Le paracétamol et l'ibuprofène sont couramment prescrits pour soulager la douleur.

Le **sérum physiologique sous forme de gouttes pour le nez** tous les 6 à 8 heures aide à débloquer la trompe d'Eustache. Il faut éviter une trop forte pression en faisant le lavage ou en se mouchant.

Au bout de 3 jours, il y aura une amélioration des symptômes, mais la durée du traitement est plus longue. **Vous devez suivre à la lettre le traitement prescrit par votre médecin** et ne pas l'arrêter prématurément.

Votre médecin pourra décider de vous adresser à un médecin ORL lorsque l'otite moyenne est récidivante ou réfractaire au traitement, s'il faut enlever les végétations, s'il faut mettre un drain dans le tympan ou s'il le juge nécessaire.

**Prévention :** Pour prévenir l'otite moyenne, il est conseillé de: **s'abstenir de fumer près des enfants et d'être à jour de ses vaccins.** L'allaitement maternel aide à prévenir les otites chez les nourrissons. Si vous lui donnez le biberon, le nourrisson devra être assis.