

Otite externe

Il s'agit d'une inflammation de l'oreille, souvent causée par une infection. On en distingue deux types : l'otite moyenne et l'otite externe. Elle s'améliore généralement sans problème au bout de quelques jours, mais elle peut entraîner des complications et des séquelles.

Otite externe

Il s'agit d'une infection du conduit auditif externe. Lorsque de l'eau pénètre dans le conduit, celui-ci s'affaiblit et des bactéries ou des champignons provoquent une otite externe.

Symptômes : il s'agit avant tout d'un processus douloureux, accompagné d'une sensation d'oreille bouchée, de l'apparition d'un cérumen plus blanc et ramolli, de démangeaisons et, parfois, d'un écoulement purulent.

Traitement : elle est généralement traitée à l'aide de gouttes auriculaires contenant des antibiotiques et, parfois, des stéroïdes pour réduire l'inflammation. Des analgésiques tels que l'ibuprofène ou le paracétamol sont prescrits pour soulager la douleur. On peut également recourir à des antibiotiques sous forme de comprimés ou de sirops. **Tant que l'infection n'est pas guérie, il faut éviter que de l'eau ne pénètre dans l'oreille.**

Prévention : pour prévenir les otites externes, il faut **éviter l'humidité dans l'oreille et ne pas utiliser de cotons-tiges**. On recommande souvent aux nageurs qui en souffrent de porter des bouchons d'oreille lorsqu'ils nagent.

Les cotons-tiges ne sont jamais recommandés.

Otite moyenne

L'oreille moyenne est la cavité située derrière le tympan. C'est là que se trouvent les osselets qui transmettent le son.

La trompe d'Eustache assure son drainage naturel vers le nez.

L'otite moyenne est très fréquente chez les enfants. Elle peut également survenir chez les adultes. Elle est généralement causée par un rhume nasal, une allergie ou des végétations adénoïdes. Cela obstrue la trompe d'Eustache et le liquide s'accumule alors dans l'oreille moyenne.

Symptômes : douleur auriculaire, sensation d'oreille bouchée, troubles auditifs, malaise général, fièvre, maux de tête, nausées, vomissements et diarrhée. Chez les nourrissons, cela provoque **de l'irritabilité, des pleurs et de la fièvre.**

Lorsqu'un écoulement de liquide s'observe au niveau de l'oreille, même si cela peut soulager la douleur, il est nécessaire de consulter un professionnel de santé.

Traitement : consultez votre médecin.

Le traitement vise avant tout à soulager la douleur. De nombreuses otites moyennes guérissent spontanément ; dans certains cas, en fonction de l'âge, des symptômes et de l'examen clinique, un antibiotique peut s'avérer nécessaire. Pour la douleur, on administre généralement de l'ibuprofène ou du paracétamol.

Des lavages nasaux doux au sérum physiologique toutes les 6 à 8 heures aident à dégager la trompe d'Eustache. Effectuez les lavages nasaux en douceur et évitez de vous moucher trop fort.

Une amélioration est observée au bout de 3 jours environ, mais le traitement peut être plus long. **Suivez le traitement pendant toute la durée indiquée par votre médecin, sans l'arrêter prématurément.**

Vous pouvez être orienté vers un ORL si l'otite moyenne est récidivante ou réfractaire au traitement, s'il est nécessaire de retirer les végétations adénoïdes, s'il est nécessaire de poser un drain sur le tympan et chaque fois que cela est jugé opportun.

Prévention : pour prévenir l'otite moyenne, il est recommandé **d'éviter de fumer dans un foyer où vivent des enfants et de veiller à ce que les vaccins soient à jour**. L'allaitement maternel contribue à la prévenir chez les nourrissons. Si vous devez utiliser un biberon, évitez de le donner au bébé lorsqu'il est complètement allongé.

