

## LES GOUTTES AURICULAIRES

- 1 - **AUCUNE** goutte auriculaire ne permet de mieux passer les oreilles car leur action s'arrête au tympan, or le problème se situe 2 cm plus loin, au niveau de la trompe d'Eustache !
- 2 - Utilisées à **tort** avant la plongée les gouttes ont un effet masquant car elles retardent l'apparition des douleurs et donc favorisent les otites baro traumatiques.
- 3 - Elles n'assouplissent pas non plus le tympan, elles en donnent juste l'illusion.
- 4 - Le produit que l'on peut utiliser **APRES** la plongée en cas de douleurs est l'**OTIPAX** Il contient un anti septique, un anti inflammatoire, un anesthésique local.

Mais NE **JAMAIS** utiliser ces gouttes si l'on soupçonne une **perforation** tympanique - (oreille qui saigne, douleur brutale grand vertige au décours de la plongée, perception de la fuite d'air en faisant la manœuvre de Valsalva).

- 5 - Les seules gouttes que l'on est autorisé à mettre **avant** la plongée sont celles que l'on utilise pour prévenir une otite **externe** (inflammation et infection de la peau du conduit de l'oreille) Pour ma part je recommande l'administration d'**HUILE GOMENOLEE à 2 %** , 4 a 5 gouttes dans chaque oreille 5 à 10 minutes avant la plongée ; par ailleurs après la plongée, il est souhaitable de se rincer les oreilles à l'eau douce et de **se les sécher** si possible au sèche cheveux ou plus simplement à l'aide d'une petite poire (la circulation d'air permettant l'assèchement). Ne pas utiliser de coton tiges.

Si l'otite externe est déjà installée (douleurs d'oreille exacerbées par la mobilisation du pavillon de l'oreille) la plongée n'est pas contre indiquée et l'instillation de gouttes désinfectantes est très recommandée (**OFLOCET** auriculaire en doses unitaires, POLYDEXA, ANTIBIOSYNALAR).