



Soins de l'oreille¹



Conseils d'hygiène et de préparation à l'irrigation de l'oreille.

Est-ce normal d'avoir de la cire dans les oreilles?

La présence de « cire » dans l'oreille est normale. Certaines personnes en produisent plus, ce qui peut causer un bouchon dans l'oreille. Il n'est habituellement pas nécessaire de le retirer, sauf si cela vous occasionne un inconfort.

Quoi faire pour prévenir un bouchon de cire?

- N'utilisez jamais de coton-tige ou d'objets pointus à l'intérieur de l'oreille.
- Évitez de mettre de la ouate dans vos oreilles.
- Nettoyez l'entrée de l'oreille avec une débarbouillette.
- Après le bain, la douche ou la baignade, asséchez l'entrée de l'oreille avec une serviette.



Comment mettre des gouttes dans les oreilles?

1. Lavez vos mains.
2. Tirez le pavillon de l'oreille comme sur l'image.

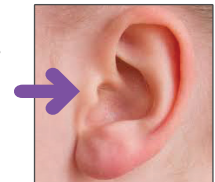
- Moins de 3 ans²



- 3 ans et plus²



3. Faites un massage de la partie avant de votre oreille.



4. Penchez la tête sur le côté opposé de l'oreille traitée (5 à 10 minutes).
5. Appliquez des gouttes dans l'autre oreille en suivant les étapes 2, 3, 4.

Si vous portez un appareil auditif, appliquez les gouttes au coucher après l'avoir retiré.

Coordonnées de l'infirmière :

¹ Contenu émane de : MSSS. (2018). Conseils d'usage bouchon de cérumen
² Avec l'autorisation du CESS.(2018). MSI.Désobstruction de l'oreille

