Infosanté

Rédaction le 27 janvier 2025.

Dernière mise à jour le 17 juillet 2020

Lien vers l'article:

https://infosante.be/guides/cerumen

Bouchon de cérumen dans l'oreille

Le cérumen, qu'est-ce que c'est ?

Le cérumen est la substance jaune-brun fabriquée par le conduit de l'oreille externe (conduit auditif externe). Le conduit auditif externe est le tuyau qui part de l'extérieur de l'oreille vers l'intérieur et qu'il est possible de toucher, à l'entrée, avec son doigt.

Le cérumen a plusieurs rôles :

- il a une action imperméable : il protège le conduit auditif des liquides qui peuvent y entrer ;
- il protège l'intérieur du conduit auditif contre une sécheresse de la peau ;
- il protège le conduit auditif contre les microbes, comme les champignons et les bactéries ;
- il rend le conduit auditif plus acide, ce qui repousse les bactéries ;
- il empêche certaines substances d'entrer dans l'oreille : la saleté, la poussière ou les insectes, par exemple.

Tout le monde a du cérumen. Certaines personnes en ont plus que d'autres. On ne sait pas pourquoi la quantité de cérumen est différente d'une personne à une autre.

Comment se développe un bouchon de cérumen ?

Le cérumen se mélange aux poils et aux petits morceaux qui se détachent de la peau (squames) à l'intérieur de l'oreille . Ce mélange peut former des petits bouchons.

Lorsque l'oreille fabrique du cérumen, il est d'abord gras, comme de la cire. Ensuite, le cérumen sèche progressivement. Il tombe parfois tout seul de l'oreille en petits morceaux secs, comme des petits grains.

Certaines situations peuvent perturber ce nettoyage naturel du conduit auditif. Par exemple :

- en cas d'eczéma, parce qu'il peut y avoir plus de squames qui se détachent ;
- chez les personnes qui ont un conduit auditif plus fin ;

Les personnes âgées ont plus souvent des bouchons de cérumen parce que leur cérumen s'épaissit rapidement.

Comment reconnaître un bouchon de cérumen ?

Lorsqu'un bouchon de cérumen bloque une partie ou complètement le conduit auditif externe d'une oreille, vous pouvez avoir des signes (symptômes), par exemple :

- vous entendez moins bien d'un côté ;
- vous avez l'impression d'avoir l'oreille bouchée ;
- vous entendez un bruit qui ne vient pas de l'extérieur (par exemple, un bourdonnement) ;
- vous avez des démangeaisons ;
- vous avez des vertiges.

Un bouchon dur peut aussi vous faire **mal à l'oreille**.

Les douches ou la natation provoquent souvent une augmentation des symptômes, car l'eau fait gonfler le bouchon.

Comment est posé le diagnostic d'un bouchon de cérumen ?

Votre médecin examine vos oreilles à l'aide d'un instrument médical (otoscope). Si vous avez un bouchon de cérumen, votre médecin peut voir un bloc de cérumen jaune-brun qui bouche une partie ou tout le conduit auditif. Le conduit auditif peut être rouge car le bouchon de cérumen irrite la zone.

Que pouvez-vous faire ?

Il ne faut pas se nettoyer les oreilles. Les cotons-tiges activent la production de cérumen et enfoncent le cérumen de plus en plus vers l'intérieur de l'oreille. Cela peut également arriver avec les **bouchons d'oreille contre le bruit**.

Si vous voulez quand même vous nettoyer les oreilles, limitez-vous à la partie visible et nettoyez-les uniquement avec un gant de toilette humide, par exemple.

Il faut retirer les bouchons de cérumen si :

- vous entendez moins bien ;
- le bouchon empêche de voir correctement le fond du conduit auditif externe (tympan).

Si vous avez souvent des bouchons de cérumen, allez voir votre **médecin** généraliste 1 ou 2 fois par an pour qu'il ou elle vous débouche les oreilles.

Si vous portez un **appareil auditif**, veillez à bien l'entretenir et à bien nettoyer toutes les pièces.

Que peut faire votre pharmacien·ne ?

Il existe des gouttes pour les oreilles à base d'huile. Elles permettent d'enlever facilement les bouchons de cérumen. Il faut mettre les gouttes dans l'oreille 3 à 4 jours avant de voir votre médecin pour qu'il ou elle enlève le bouchon. Il ne faut pas utiliser ces gouttes en cas de déchirure ou de trou (perforation) dans le tympan ou chez une personne qui a des drains (diabolos) aux tympans. Votre pharmacien·ne vous explique comment les utiliser.

Que peut faire votre médecin ?

Si le bouchon est à l'avant et détaché du conduit auditif, votre médecin peut essayer de le retirer avec un petit instrument en forme de cuillère (curette) ou une pince spéciale. En général, il ou elle débouche l'oreille avec de l'eau à environ 37°C.

Un bouchon de cérumen est parfois difficile à éliminer. Dans ce cas, votre médecin peut vous demander de traiter d'abord l'oreille avec des gouttes pendant 3 à 4 jours.

Si le bouchon de cérumen ne veut pas se détacher, votre médecin vous propose d'aller voir un ou une oto-rhino-laryngologiste (ORL). Il ou elle vous enlèvera le bouchon.

Rédaction le 27 janvier 2025.

Dernière mise à jour le 17 juillet 2020

Lien vers l'article:

https://infosante.be/guides/cerumen

Liens Utiles

- Oreille (image) https://www.larousse.fr/encyclopedie/images/Oreille/1001987

Sources

- Guide de pratique clinique étranger https://ebpnet.be/fr/ebsources/963?searchTerm=ebm00854
- Zelfzorgadvies in de apotheek, Praktijkgids 2. S.Cornwell, V.Foulon. Éditeur Acco. Édition 2018.