

## Otitis Externa, Zwembad Oren, Ontsteking Uitwendige Gehoorgang.



### **Wat is een ontsteking van de uitwendige gehoorgang?**

De uitwendige gehoorgang loopt van de oorschelp tot aan het trommelvlies. Bij een ontsteking van de gehoorgang is de huid van de gehoorgang ontstoken.

### **Wat zijn de verschijnselen?**

De gehoorgang is pijnlijk, jeukt of geeft een branderig gevoel. De huid van de gehoorgang schilfert, scheidt vocht af of is rood en gezwollen.



Door de zwelling of afscheiding kunt u tijdelijk minder goed horen. Zachtjes trekken aan het

oor kan pijn doen.

### Hoe ontstaat het?

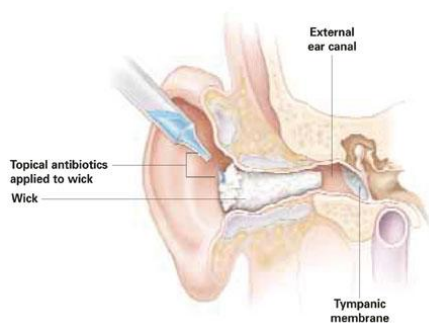
De oorzaak is niet altijd duidelijk. De huid van de gehoorgang wordt beschermd door het oorsmeer, dat zuur en vettig is. Warmte en vocht (zoals bij baden en zwemmen), oorpeuteren, reinigen van het oor (wattenstokjes of lucifers) en cosmetische producten (shampoo, zeep, haarspray) kunnen de huid in de gehoorgang irriteren. Als de huid geïrriteerd raakt, kan een ontsteking ontstaan. Wattenstokjes duwen het oorsmeer vaak dieper de gehoorgang in. Er vormt zich dan een prop oorsmeer. In de broeierige ruimte achter de prop kan gemakkelijk een ontsteking ontstaan. Ook het dragen van een oortelefoon of hoorapparaat kan de gehoorgang irriteren. Een smalle gehoorgang geeft meer kans op een ontsteking. Bij ziekten zoals eczeem, psoriasis of (contact)allergie komt een ontsteking van de gehoorgang vaker voor. Soms is een bacterie- of schimmelinfectie de oorzaak.

### Adviezen

Vermijd oorpeuteren en reinigen van de oren. De gehoorgang reinigt zich over het algemeen vanzelf. Buig bij douchen en haarwassen het hoofd voorover, zodat de oorschelp de ingang van de gehoorgang afschermt. Zorg dat u na het zwemmen of douchen de oorschelp en de ingang van de gehoorgang goed afdroogt. Als de ontsteking steeds na het zwemmen ontstaat, kunt u voortaan een watje met vaseline of oordopjes gebruiken om de gehoorgang te beschermen. Vermijd (cosmetica)producten als u merkt dat deze de huid irriteren. Als u een hoorapparaat draagt en vaak klachten heeft, laat dan bij de audicien controleren of het apparaat goed past.

### Medicijnen

Oordruppels die een zuur en een corticosteroïd bevatten helpen de ontsteking tegen te gaan. Breng drie keer per dag drie druppels in de ontstoken gehoorgang. Soms moet de gehoorgang eerst op de praktijk worden gereinigd ('uitspuiten').



Als de gehoorgang erg gezwollen is, krijgt u eventueel een oortampon om eerst de zwelling terug te brengen. Deze moet gedurende 24 uur blijven zitten en met oordruppels goed nat worden gehouden.

## Hoe gaat het verder?

Meestal is de ontsteking binnen één tot drie weken genezen. Neem contact op als de klachten na één week oordruppelgebruik (of na 24 uur dragen van een oortampon) nog niet zijn verminderd. Als u koorts krijgt of als u zich ziek voelt, dient u eerder contact op te nemen.

Wanneer u de adviezen opvolgt en de klachten toch blijven terugkomen, dan kunt u de oordruppels steeds na zwemmen (of ander contact met water) of bij de eerste klachten gebruiken: drie dagen lang drie keer per dag drie druppels in de gehoorgang.