



RECOMENDACIONES CERUMEN IMPACTADO

Se denomina cerumen al conjunto de productos de descamación, secreción sebácea y secreción de las glándulas ceruminosas, que se encuentran en el conducto auditivo externo.

La cera se produce en el oído para proteger el conducto auditivo pero cuando se acumula en gran cantidad bloquea el conducto y produce pérdida de audición. Es un problema frecuente en determinadas personas mientras que en otras nunca aparece.

Síntomas comunes

- Disminución de la audición
- Dolor de oídos
- Sensación de taponamiento
- Zumbidos
- Sensación de inestabilidad

¿Cómo se diagnostican?

Se diagnostican mediante un estudio llamado otoscopia con la que se visualiza el conducto auditivo externo, el tímpano e indirectamente el oído medio.

¿Cuál es el tratamiento?

Si usted ya ha padecido antes tapones de cera, antes de acudir a consulta hay que realizar un tratamiento en casa para intentar ablandar la cera para que luego sea más fácil su extracción:

- Túmbese de lado con la oreja afectada hacia el techo.
- Levante cuidadosamente la oreja hacia arriba y hacia atrás.
- Instile las gotas ablandadoras de la cera (aceite de oliva o de almendras dulces)
- Deje las gotas en la oreja durante 20 minutos.
- Si es posible, siga tumbado durante ese tiempo.
- Tapone la oreja con algodón.
- No intente quitar el tapón con algodón o cotonetes. Podría lesionar el tímpano o provocar una infección en el conducto auditivo.
- Si tiene dolor puede tomar medicamentos analgésicos como paracetamol.

¿Cómo se pueden prevenir?

- No emplee cotonetes para limpiarse los oídos.
- Evite las zonas donde el aire tenga mucho polvo.
- Si produce con regularidad tapones, es conveniente que, una vez al año, su médico le explore el oído.
- Puede colocar 3-4 gotas de agua oxigenada por 5 minutos en cada oído una vez al mes para retrasar la formación de tapones.