

# Mantenete pulite le orecchie

Siamo tutti d'accordo nell'affermare che, prima di immergersi, avere i canali auricolari liberi sia indispensabile per la compensazione dell'orecchio medio. Ma cosa dire di quei canali che necessitano di pulizia? Possono provocare dolore al subacqueo.

## LA ROTTURA DEL TIMPANO

Il cerume può intrappolare l'aria fra se e la membrana timpanica (timpano). Questo, a sua volta, può impedire la compensazione qualora un subacqueo sia in fase di discesa o di risalita da un'immersione. Questo intrappolamento dell'aria può causare una susseguente perforazione della membrana timpanica per "esplosione", una perforazione verso l'esterno anziché la più comune perforazione verso l'interno con ingresso di acqua.

## LE VERTIGINI

Inoltre, un tappo di cerume potrebbe impedire all'acqua di refrigerare un orecchio, mentre l'altro è raffreddato naturalmente dall'acqua che riempie il canale auricolare. Ciò causa le "vertigini caloriche", o capogiri, provocati dal mutamento di temperatura che non coinvolge entrambe le orecchie. Infine, un'infezione sarà il risultato più probabile se il cerume conserva l'umidità e causa la macerazione o l'ammorbidente della pelle del condotto uditivo.

## QUINDI, COME SI DOVREBBERO PULIRE LE ORECCHIE?

### I MODI SBAGLIATI

Cominciamo a chiarire come NON si dovrebbero pulire le orecchie. Evitate gli scovolini di cotone avvolto. Ho trovato spesso l'estremità del tampone nei condotti uditivi dei pazienti, situazione provocata dalla separazione della punta di cotone dall'asticella di plastica senza che la persona se ne accorga. Nell'arco di pochi giorni, questo provoca solitamente una severa infezione del condotto uditivo; il cotone trattiene l'umidità e fra le fibre si sviluppano i batteri. In questi casi non c'è dose d'antibiotico somministrato per via orale o per uso topico che possa risolvere la situazione: soltanto la rimozione del cotone porterà dei benefici. Il cotone dovrebbe essere rintracciato e rimosso con piccoli strumenti appuntiti quali una pinzetta ad angolo retto o un forcipe da un medico qualificato, preferibilmente utilizzando un colposcopio, che è un microscopio appositamente progettato per l'impiego su tessuti piccoli come l'orecchio interno. Non tentate mai di farlo voi stessi: coloro che ci provano, spesso riescono soltanto a spingere il cotone ancor più dentro, lacerando o strappando il condotto uditivo o la membrana timpanica. Gli scovolini di cotone avvolto, inoltre, mostrano una notevole rassomiglianza funzionale con il calcatoio utilizzato nel diciannovesimo secolo per spingere la pezza ed il proiettile (la pallottola accompagnata dal lubrificante) giù nella canna del fucile. L'effetto pigiante dello scovolino spinge il cerume più profondamente nell'orecchio. Questo, solitamente, rende più difficoltosa la rimozione del cerume.

Pensate ancora di utilizzare uno scovolino di cotone per pulire le vostre orecchie? Naturalmente no. Tuttavia, se ancora ritenete di doverlo fare, non fatelo rimanendo dietro una porta che potrebbe essere improvvisamente aperta, con bambini piccoli intorno (che amano saltare) o su di una barca veloce: lo scovolino potrebbe inaspettatamente infilarsi nel timpano. Oh, sì, non rispondete al telefono con l'applicatore nell'orecchio! L'unico squillo che potreste sentire dopo, sarebbe proprio quello del vostro orecchio. Come medico, mi è capitato di assistere a tutto ciò ed anche ad altro ancora.

E cosa dire riguardo alla gomma da cancellare di una matita? Anche questa non è una buona idea, poiché il gommino si sfilava frequentemente dalla sua intelaiatura d'ottone e rimane nel condotto uditivo. (L'Azienda produttrice si aspetta che voi pigiate la gomma sulla carta verso il basso, non che facciate il movimento al contrario, mentre la tirate fuori dal condotto uditivo). Proprio oggi, ho rimosso un pezzetto di stuzzicadenti

di legno dal canale auricolare di un paziente; la punta acuminata era rivolta verso il timpano. Il paziente non si era reso conto che fosse lì. L'inserimento di uno scovolino di cotone a questo punto avrebbe spinto il frammento di legno attraverso il timpano. Fortunatamente, l'audiologo se n'è accorto prima che questo potesse accadere.

## **Il Trattamento delle Infezioni Provocate dagli Insetti**

### **OH, COS'È QUESTO RONZIO?**

Saltuariamente, le persone che dormono all'aperto o che vivono nelle zone calde possono ritrovarsi degli insetti nelle orecchie. Ho visto annidarsi piccole zecche, lumache e, più comunemente, insetti volanti durante il giorno e scarafaggi di notte - gli scarafaggi tendono a nascondersi nei piccoli anfratti, quando scappano. Ciò significa che talvolta potrebbero rifugiarsi in un orecchio. Un insetto nell'orecchio può rivelarsi un'esperienza inquietante. Per rimuoverlo, è necessario mantener la mente fredda, specialmente se l'insetto si sta ancora muovendo o sta pungendo.

La prima priorità è quella di arrestarne il movimento. In ospedale, per stordire l'insetto, utilizzo un anestetico locale spray. Sul campo, potete usare dell'alcool denaturato per annegare rapidamente l'insetto e quindi pulire il canale auricolare. Poiché la maggior parte degli accorgimenti che esulano dall'inondazione o dall'irrigazione del condotto uditivo può rivelarsi alquanto pericolosa, occorre porre gran cura nel rimuovere l'insetto. Ovviamente, il metodo migliore è quello di farlo rimuovere da un medico qualificato, con strumenti appropriati ed un microscopio. Tenete presente che, nella maggior parte dei casi, l'insetto è rivolto verso il timpano e le sue zampette ostacolano, a rovescio, una rimozione facile. Sul campo, un metodo accettabile per rimuovere l'insetto è quello di utilizzare il bulbo di una siringa, riempita di acqua calda insaponata (uno sciampo per bambini) e di una soluzione di perossido di idrogeno (acqua ossigenata). Questo provoca la fuoriuscita dell'insetto. Se quest'espedito non funziona, ne può risultare un'infezione, che rende poi la rimozione molto più difficile. Se questo dovesse capitare a voi, ad un membro della vostra famiglia o ad un amico, cercate subito l'assistenza di un medico. Non ho mai avuto alcun paziente che non sia stato d'accordo sul fatto che l'insetto deve esser fatto uscire immediatamente.

### **IL MODO CORRETTO**

#### **COME ANDREBBERO PULITE LE ORECCHIE?**

Quando fate il bagno, di tanto in tanto sciacquatele utilizzando il bulbo di una siringa riempita con acqua insaponata tiepida ed una soluzione di perossido di idrogeno. Durante un viaggio all'insegna delle immersioni, utilizzate una miscela formata al 50% da aceto bianco ed al 50% da alcool denaturato, dopo una giornata di immersioni: questo serve a pulire ed asciugare il condotto uditivo e ad acidificare o spostare l'equilibrio del pH, in modo da rendere la zona meno propensa alle infezioni batteriche. Ciò può anche aiutare a prevenire l'otite esterna (orecchio del nuotatore). Se trovate delle difficoltà a togliere l'acqua dalle orecchie, provate con un fon. Una buon'idea è quella di alzare l'orecchio verso l'alto, tirare il padiglione auricolare per raddrizzare il canale uditivo ed immettere aria calda asciutta nel condotto uditivo per cinque minuti.

Ricordate sempre che la cura delle orecchie è fondamentale ed importante quanto la cura di qualsiasi altro elemento della vostra attrezzatura subacquea.