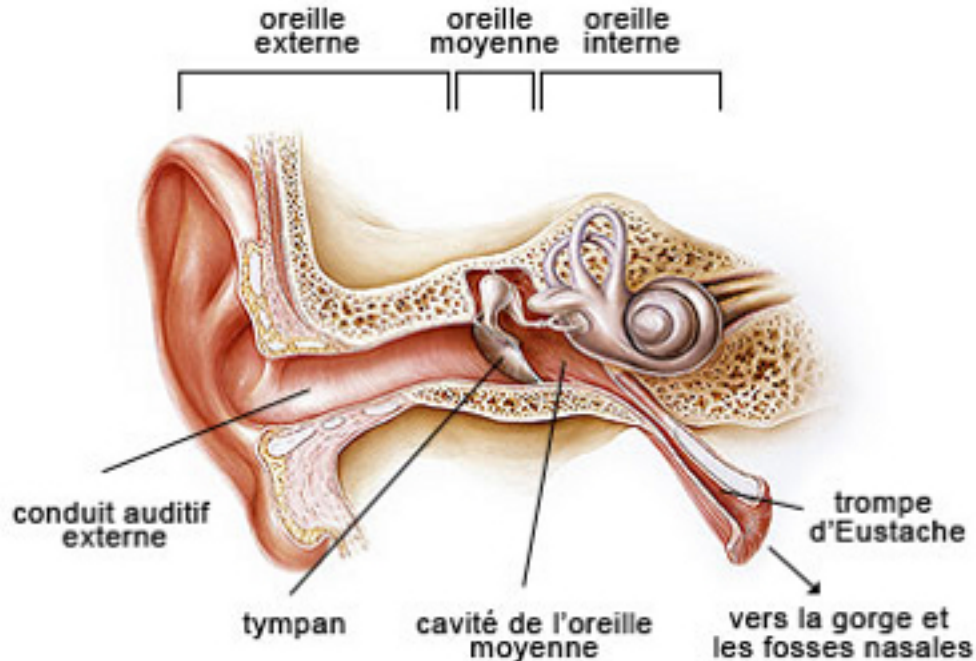


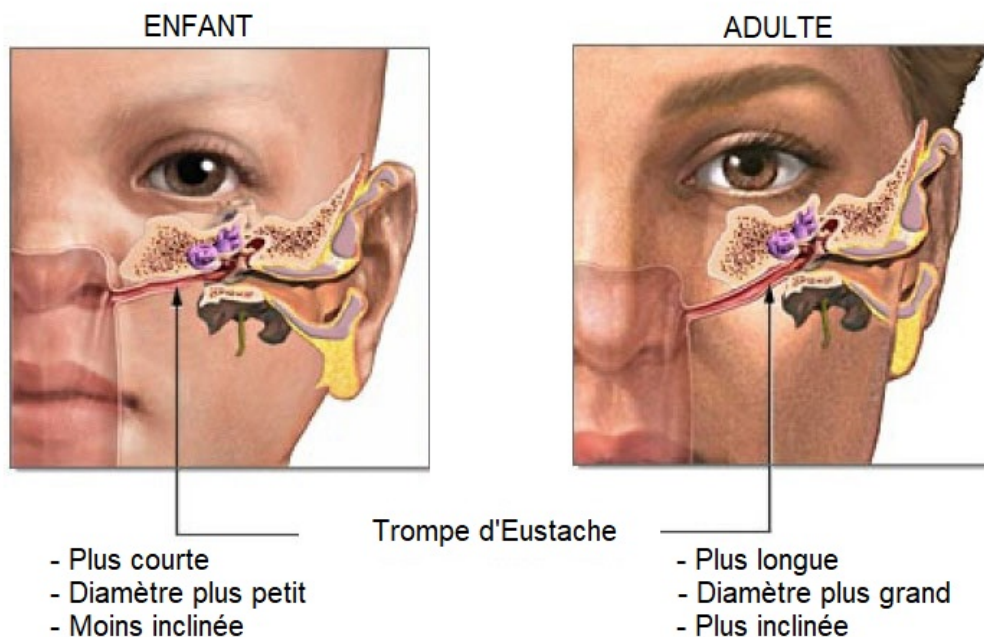
## L'otite chez l'enfant

L'otite est une infection de l'oreille moyenne liée à une bactérie ou un virus. Cette infection est fréquente chez les jeunes enfants, surtout après un rhume. Le principal symptôme est la douleur à l'oreille, parfois accompagnée de fièvre.

Les oreilles sont reliées au nez par un tube, la trompe d'Eustache. Le rôle de la trompe d'Eustache est de faire en sorte que la pression soit égale à l'extérieur du tympan comme à l'intérieur de l'oreille, ce qui permet au tympan de bien bouger et ainsi de bien entendre. Lorsque la trompe d'Eustache est obstruée par de l'inflammation ou lorsqu'il y a des changements de pression (exemple : décollage/atterrissage en avion, monter ou descendre une route en montagne en voiture, plongée sous-marine), ceci crée la sensation d'avoir l'oreille bouchée. Voici un [vidéo expliquant le rôle de la trompe d'Eustache](#).



Chez les enfants, la trompe d'Eustache est plus courte, de plus petit calibre et moins inclinée que chez les adultes. En plus du fait que les jeunes enfants sont incapables de se moucher efficacement, ceci fait que les trompes d'Eustache des enfants ont plus tendance à se boucher que chez les adultes. C'est ce qui explique pourquoi les enfants sont davantage prédisposés à faire des otites que les adultes et pourquoi une bonne hygiène nasale est primordiale pour prévenir et traiter les otites.



Lors d'un rhume, il se crée de l'inflammation et de l'enflure au niveau de la trompe d'Eustache en plus des sécrétions nasales qui obstruent cette dernière. Par conséquent, l'oreille ne peut plus être drainée. Ainsi, le liquide et la pression s'accumulent derrière le tympan et les virus et les bactéries peuvent proliférer, ce qui engendre une otite.

Plusieurs otites causées par des bactéries guérissent par elles-mêmes en 2 à 3 jours. Les antibiotiques ne soulagent pas la douleur et ne fonctionnent pas pour les otites causées par les virus.

## Prévention des otites

- L'allaitement semble réduire le risque d'otite.
- **Faites vacciner votre enfant** tel que recommandé.
- Offrez-lui un environnement **sans fumée**.
- Évitez de lui donner une suce à partir de l'âge de 6 mois.
- Ne le laissez pas s'endormir avec une bouteille.
- Dès votre enfant commence un rhume, **rincez-lui le nez le plus souvent possible** avec une solution saline.
- Dans un monde idéal, il faudrait faire garder l'enfant à la maison ou dans un milieu familial avec un maximum de 5 autres enfants. Les enfants qui vont en garderie (y compris celles en milieu familial) ont un risque d'otites 2,5 fois plus grand que ceux qui restent à la maison. S'ils fréquentent une garderie de six enfants et plus, ils ont 7 fois plus de chances de se faire installer des tubes dans les tympans avant l'âge de 2 ans (21 % contre 3 %).
- Maintenez un taux d'humidité entre 35 et 40 % dans la maison, surtout dans la chambre de l'enfant. En hiver, l'air intérieur est souvent plus sec, ce qui assèche les muqueuses nasales et épaissit les sécrétions. Un humidificateur dans la chambre peut être considéré, en plus de maintenir la température ambiante entre 18 et 20 degrés la nuit.
- Voyez à ce qu'il se lave les mains après s'être mouché ou s'être touché le visage.

## Traitement de l'otite

- Les jeunes enfants n'ont pas la capacité de bien se moucher. Il est important de bien **nettoyer le nez des enfants au moins de 2 à 3 fois par jour** avec une solution saline commerciale (ex. : Hydrasense®, Rhinaris®) ou avec une solution saline maison.

Recette maison pour solution saline pour toilette nasale
<ul style="list-style-type: none"><li>• Faites bouillir <b>4 tasses (1L) d'eau</b> pendant 3 minutes</li><li>• Ajoutez <b>2 cuil. à thé (10mL) de sel</b> (Attention, le sel de table peut être plus irritant pour le nez, le sel à marinade est plus doux.)</li><li>• Ajoutez <b>1/2 cuil. à thé (2,5mL) de bicarbonate de soude</b></li><li>• Laissez refroidir la solution pour ne pas vous brûler.</li><li>• Le mélange se garde jusqu'à 24 h à la température de la pièce ou pendant 7 jours au réfrigérateur dans un contenant fermé. Bien mélanger avant chaque usage.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Pour irriguer le nez, utilisez une poire nasale ou une seringue. <i>Pour les enfants de &lt; 6 mois, utilisez 3 à 5 ml par narine.</i> <i>Pour les enfants de &gt; 6 mois, utilisez 5 à 10 ml par narine.</i></li><li>- Il peut être dommageable d'utiliser trop de force pour pousser sur la poire nasale, la seringue ou la bouteille de Sinus Rinse® car ceci peut causer et empirer la douleur aux oreilles.</li><li>- Attention! Évitez la contamination en utilisant des contenants d'irrigation nasale différents pour chaque membre de la famille.</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b>Liens utiles sur la toilette nasale produits par le Centre hospitalier universitaire Ste-Justine</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <a href="#">Dépliant sur la toilette nasale</a></li><li>- <a href="#">Vidéo sur la toilette nasale</a></li></ul>



# CENTRE MÉDICAL AJC

- Si l'enfant est âgé de plus de 6 mois et qu'il s'hydrate bien, vous pouvez utiliser de l'ibuprofène (ex. : **Advil®** ou **Motrin®**) aux 6 heures pour soulager la douleur, *même s'il ne fait pas de fièvre*. L'utilisation de l'acétaminophène (ex. : **Tylénol®**, **Tempra®**, etc.) peut aussi être envisagée. Ne pas hésiter à consulter un pharmacien si vous avez des questions en lien avec les médicaments.
- Évitez les décongestionnants et les antihistaminiques (ex. : Benadryl®). Ces derniers ne sont pas jugés efficaces dans le traitement de l'otite.

<b>Consulter un médecin si votre enfant présente au moins 1 de ces critères :</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Il est âgé de moins de 6 mois;</li><li>• Il a de la fièvre de plus de 39°C rectal;</li><li>• Il a de la douleur importante à l'oreille;</li><li>• Il a de la difficulté à entendre;</li><li>• Il a un écoulement au niveau de l'oreille;</li><li>• Son comportement est inhabituel (ex. : il refuse de manger).</li></ul>



Source : site web du [CIUSSS-MCQ](#)