

CERUME E PULIZIA DELLE ORECCHIE *

La pulizia delle orecchie fa parte dei principi ancestrali legati all'igiene corporea. In sé il condotto uditivo esterno non richiede regolari pulizie, poiché possiede esso stesso il suo proprio sistema di pulizia.

Il cerume si sposta spontaneamente e lentamente dall'interno verso l'esterno del condotto uditivo, verso la conca, dove può essere rimosso senza pericolo. La regolare rimozione del cerume deve pertanto essere eseguita unicamente a livello dell'entrata del condotto uditivo esterno e non all'interno dello stesso.

Una vera e propria pulizia d'orecchie diventa necessaria unicamente in caso di formazione di tappo ostruttivo. Numerosi metodi sono stati descritti nel corso dei secoli e sono ancora praticati attualmente. Nonostante una pulizia d'orecchie sia spesso considerata come un gesto facile e privo di rischi, può talvolta risultare difficoltosa ed essere all'origine di lesioni talvolta non banali come una lacerazione della cute del condotto uditivo esterno, vedi una perforazione della membrana timpanica. La pulizia deve poter essere praticata nella calma ed accompagnata da parole rassicuranti nei confronti del paziente, talvolta intimorito dal solo fatto di farsi toccare le orecchie. Parlando di pulizia d'orecchie, occorre differenziare l'autopulizia, la pulizia effettuata da un'altra persona e quella effettuata da un medico. La pulizia può essere effettuata in vari modi, grazie all'ausilio di piccoli strumenti specialmente concepiti a questo effetto o grazie all'uso di prodotti ceruminolitici, dotati della proprietà di dissolvere il cerume e pertanto di conferirgli la possibilità di scorrere più facilmente verso l'esterno. L'autopulizia è un gesto da sconsigliare fortemente, a causa dei numerosi rischi e pericoli che spesso una persona nemmeno immagina per il fatto di non poter vedere ciò che sta facendo e di non poter controllare i propri gesti durante una pulizia dell'orecchio. Sarebbe un errore credere di saper gestire con esattezza la profondità alla quale introduciamo uno strumento nell'orecchio.

Bastoncini ovattati o altri strumenti simili sono inutili, poiché hanno tendenza a spingere il cerume maggiormente in profondità nel condotto uditivo, prolungandone la pulizia spontanea ed autonoma. Con il fatto di utilizzare un bastoncino ovattato, il cerume finirà per formare un tappo dovuto ad accumulazione di materiale ceruminoso, con rischio di colmare il condotto uditivo fino ad altezza della membrana timpanica. Si può quindi ironicamente affermare che il bastoncino ovattato è a questo punto da considerarsi il miglior amico dello specialista in otorinolaringologia! È uno strumento da bandire dalla farmacia di famiglia, per lo meno per quanto concerne l'uso di cui sopra nelle orecchie. Analogamente strumenti quali graffette metalliche, chiavi, matite, spille da balia o spille per capelli, fiammiferi, stuzzicadenti, chiodi o altro sono da evitare, essendo essi non solo pericolosi, ma pure potenzialmente nocivi a livello cutaneo, con rischio di sviluppare un eczema di contatto dovuto al loro contenuto in nickel, vedi una patologia infiammatoria-infettiva del condotto uditivo. Pertanto la pulizia delle orecchie mediante uso di uno strumento deve essere eseguita da terzi. La persona che effettua il gesto deve poter osservare quello che sta facendo nel condotto uditivo esterno. In certi paesi orientali come l'India o il Giappone numerose sono le persone che praticano queste pulizie sia in strada, sia in boutique specialmente attrezzate. Talvolta pure le mamme effettuano da sole queste pulizie, in particolare presso i loro bambini.

I migliori strumenti per questo tipo di pulizia sono piccoli arnesi, la maggior parte dei quali hanno la forma di un piccolo cucchiaino, strumenti chiamati mimikakis in Giappone. Nei paesi occidentali, la pulizia d'orecchie è considerata come un atto medico, pertanto non dovrebbe essere compiuta se non da un medico, quale che sia il metodo utilizzato. Vengono utilizzati strumenti specifici quali piccoli gancetti, piccole curettes, pinzette o sistemi d'aspirazione specialmente adattati alle dimensioni del condotto uditivo esterno. Tutti questi gesti vanno effettuati sotto controllo visivo diretto. Ciò facendo si consente una pulizia adeguata ed al contempo una sicurezza del gesto.

Esistono sostanze il cui potere è quello di sciogliere il cerume. Questi prodotti vengono venduti in drogherie o farmacie. La loro efficacia è tuttora fonte di discussione nella letteratura specializzata. La maggior parte di questi prodotti è spesso totalmente inefficace in presenza di un vero tappo di cerume. I prodotti più utili sembrano risultare l'acqua tiepida, il bicarbonato di sodio al 10% e l'acqua ossigenata al 3%. Queste sostanze vanno comunque utilizzate unicamente qualora si è sicuri dell'integrità del rivestimento cutaneo del condotto uditivo esterno e della membrana timpanica stessa. In caso di patologia dell'orecchio sono ben inteso da evitare, poiché possono essi stessi essere fonte d'aggravamento della patologia. Risciacquo o lavaggi delle orecchie con una siringa devono pertanto essere eseguiti unicamente in condizioni anatomiche normali. Questi lavaggi dovrebbero essere seguiti dall'uso di un asciugacapelli, al fine di ridurre al massimo l'umidità nel condotto uditivo esterno. Occorre accontentarsi di asportare il cerume che esce spontaneamente dal condotto uditivo esterno e non "andarlo a cercare" nel condotto stesso. Per tutte queste procedure lo specialista in otorinolaringologia fa uso di un microscopio, di preferenza binoculare.

* Tradotto con autorizzazione da Dr. Albert Mudry - Otologie