



Quand les mères se mêlent de leurs affaires...

elles peuvent compter sur la force d'un réseau web de mères entrepreneures!

Volet Santé



Marie-France F. Talbot

mère, chiropraticienne et entrepreneure



Août 2010

Les fameuses otites

Oh, oh! Petit-Chéri se tire les oreilles et il est maussade, vite, nous concluons à une nouvelle otite. Ce mois-ci je vous propose de démystifier les otites, leurs causes et les différents traitements offerts.

D'abord, tout mal d'oreille n'est pas nécessairement synonyme d'otite. Lorsque les enfants percent leurs dents, cela peut engendrer des symptômes qui ressemblent à ceux d'une otite. Ils sont maussades, ils se tirent l'oreille ou se touchent la mâchoire. De plus, il y a une augmentation du flux sanguin dans la région qui peut engendrer une rougeur du tympan puisque les vaisseaux sanguins sont gonflés. Ainsi, une otite, une dent qui perce ou même un enfant qui pleure longtemps peuvent provoquer un tympan rouge. Donc si Petit-Chéri se tire les oreilles et qu'il est maussade, on commence par vérifier si l'on sent une grosse molaire qui se pointe sous la gencive. Si c'est le cas, il est fort probable que ce soit la poussée dentaire qui occasionne les symptômes.

Si Petit-Chéri a véritablement une otite, sachez qu'il en existe trois types. Il y a les otites externes, parfois appelées otites du nageur, qui arrivent généralement l'été. Il s'agit d'une inflammation douloureuse du canal externe de l'oreille. Il y a les otites aiguës. Ces otites sont une inflammation douloureuse du tympan causée par un virus ou une bactérie. Parfois le tympan peut même se déchirer sous la pression. N'ayez crainte, le tympan guérit seul, rapidement et généralement sans séquelle. Enfin, il y a les otites séreuses ou otites chroniques qui sont une accumulation généralement non-douloureuse de liquide derrière le tympan et faisant généralement suite à un rhume ou une otite aiguë.

Lorsque Petit-Chéri semble avoir une otite, je vous recommande quelques petits trucs simples pour favoriser un rétablissement rapide :

On coupe les produits laitiers de vache puisqu'ils augmentent les sécrétions et donc le liquide dans les oreilles.

Pour les mamans qui allaitent, on maintient l'allaitement et même on augmente un peu la cadence, car le lait maternel est riche en anti-corps.

On favorise le système immunitaire de l'enfant en lui offrant du repos, de l'eau et des fruits et légumes riches en vitamines C (orange, poivron, fraise).

On masse très doucement son visage et son cou pour faciliter l'écoulement des sécrétions. Il faut toujours masser du centre vers les côtés et du haut vers le bas pour favoriser l'écoulement.

On surveille, mais on intervient le moins possible. On apprend ainsi à l'enfant que son corps est intelligent et qu'il est capable de guérir seul.

Rien ne sert de courir chez le pédiatre. Les recommandations médicales sont d'attendre que l'otite perdure durant 3 jours sans amélioration avant de donner les antibiotiques puisque la majorité des otites sont virales et donc elles guérissent seules.

Si Petit-Chéri fait des otites à répétitions ou qu'il n'arrive pas à se débarrasser d'une otite séreuse, il serait une fort bonne idée de consulter votre chiropraticienne. Chez les enfants, la trompe d'Eustache (le conduit entre l'oreille et la gorge) est presque à l'horizontale. Chez l'adulte, le conduit est orienté vers le bas ce qui favorise l'écoulement des sécrétions de l'oreille à la gorge. Donc chez l'enfant, dès qu'il y a une légère pression sur la trompe d'Eustache, le liquide ne peut plus s'écouler et il s'accumule donc derrière le tympan. Si les muscles du cou sont tendus ou si les premières vertèbres cervicales ne bougent pas bien, cela peut occasionner une tension sur la trompe d'Eustache. Donc en amenant Petit-Chéri chez votre chiropraticienne, vous pouvez vous assurer du fonctionnement optimal de sa région cervicale ce qui aidera les otites à disparaître.

Enfin, on ne peut parler des otites sans parler des fameux tubes. Ces petits tubes s'appellent aérateurs transtympanique puisqu'ils permettent aux sécrétions de s'écouler au travers du tympan. Ils sont donc utilisés dans les cas d'otite séreuse persistante. J'aimerais mentionner que ces tubes ne règlent pas le problème, mais ils permettent de le contourner étant donné que les sécrétions ne s'écoulent pas par le chemin naturel (la trompe d'Eustache), mais par les tubes. Ces tubes devraient être utilisés en dernier recours. D'ailleurs l'Académie américaine des médecins de famille recommande d'utiliser les aérateurs transtympaniques uniquement lorsque les trois conditions suivantes sont réunies :

Il y a une perte d'audition documentée pas des tests d'audiométrie

Il y a une rétraction tympanique observée à l'otoscope (donc le tympan ne bouge plus)

Il y a des otites aiguës à répétition causées par l'otite séreuse

Donc avant de faire subir une chirurgie à Petit-Chéri, on s'assure qu'il soit un bon candidat à l'opération et que nous avons essayé toutes les méthodes naturelles en notre pouvoir (consulter en chiropratique et appliquer les petits trucs mentionnés ci-haut).

Bref, l'otite, comme tous les autres petits maux d'enfance, est souvent une épreuve pour notre cœur de Maman bien plus que pour notre Petit-Chéri. Résistez donc à la tentation de trop en faire et laissez le docteur intérieur de Petit-Chéri travailler. Vous pouvez quand même profiter de l'otite pour coller et chouchouter votre Petit-Chéri avant qu'il ne se remette à courir à toute vitesse!

Marie-France F. Talbot

marie-france@lasanteensoi.com Pour voir son profil MAM

Marie-France est une jeune chiropraticienne passionnée de santé au naturel pour toute la famille. Elle travail à temps partiel à son nouveau centre La Santé en Soi, Centre chiropratique holistique et elle est maman à temps plein du gentil Arthur.

