



## Cérumen

🕒 paru le 17/07/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

### De quoi s'agit-il ?

Le cérumen est la substance brunâtre produite par les glandes sébacées situées dans le conduit auditif externe. Mélangé aux poils et aux pellicules de peau (les squames), il peut former des petits bouchons. Le cérumen frais est cireux et onctueux mais il se dessèche progressivement. Il tombe parfois naturellement de l'oreille en petits morceaux secs et granuleux. Le nettoyage normal du conduit auditif peut être perturbé par une desquamation prononcée (eczéma) ou une forme anormale du conduit auditif. Cette perturbation se rencontre aussi chez les personnes âgées chez qui le cérumen s'épaissit rapidement.

Le cérumen a plusieurs fonctions :

- il a une action imperméable et protège le conduit auditif des liquides qui peuvent y pénétrer ;
- il protège la peau du conduit auditif contre le dessèchement ;
- il protège contre les champignons et les bactéries ;
- il rend le conduit auditif plus acide, ce qui repousse les bactéries ;
- il intercepte certaines substances, les impuretés, les corps étrangers et les insectes.

Tout le monde a du cérumen, certaines personnes en ont plus que d'autres. On ne sait pas pourquoi le volume de cérumen varie entre les individus.

### Comment le reconnaître ?

Lorsqu'un bouchon de cérumen bloque (presque) complètement le canal auditif externe, il se peut que vous entendiez moins bien de ce côté-là (perte de 10 à 30 décibels). Vous pouvez avoir l'impression d'avoir l'oreille bouchée, avoir des sensations auditives anormales (par exemple un bourdonnement), des démangeaisons et/ou des vertiges. Un bouchon dur peut aussi être douloureux. Les douches ou la natation renforcent souvent les symptômes subitement, car l'eau fait gonfler le bouchon.

### Comment le diagnostic est-il posé ?

Le médecin examinera les oreilles à l'otoscope. Si vous avez un bouchon de cérumen, il verra une masse brunâtre qui bouche complètement ou partiellement le conduit auditif. Le conduit auditif peut être rouge car le bouchon de cérumen irrite la zone.

### Que pouvez-vous faire ?

Il ne faut pas se nettoyer les oreilles. Les cotons-tiges et les bouchons d'oreilles stimulent la production de cérumen et enfoncent le cérumen de plus en plus vers l'intérieur. C'est pourquoi il ne faut retirer les bouchons de cérumen que lorsqu'ils diminuent l'audition ou empêchent l'examen du tympan.

Si vous faites facilement des bouchons de cérumen, consultez le médecin généraliste une ou deux fois par an pour qu'il vous débouche les oreilles.

Si vous vous voulez quand même vous nettoyer l'oreille, limitez-vous à la partie visible et nettoyez-la uniquement avec un gant de toilette humide, par exemple.

Si vous portez un appareil auditif, veillez à bien l'entretenir et à bien nettoyer toutes les pièces.

### Que peut faire votre pharmacien ?

Il existe des gouttes auriculaires à base d'huile. Elles permettent d'enlever facilement les bouchons de cérumen. Il faut en mettre dans l'oreille 3 à 4 jours avant que le médecin enlève le bouchon. Il ne faut pas utiliser ces gouttes en cas de perforations dans le tympan ou en présence de drains (diabolos).

### Que peut faire votre médecin ?

Si le bouchon est à l'avant et détaché dans le conduit auditif, le médecin peut essayer de le retirer avec une curette ou une pince spéciale. En général, il débouchera l'oreille avec de l'eau à environ 37 °C. Un bouchon de cérumen est parfois difficile à éliminer. Dans ce cas, il peut être nécessaire de traiter d'abord l'oreille avec des gouttes pendant 3 jours. Si le bouchon de cérumen ne veut pas se détacher, il faudra vous orienter vers un oto-rhino-laryngologiste (ORL) qui l'enlèvera par aspiration.

### En savoir plus ?

- [Oreille \(image\) - Larousse](#)

### Sources

- [Guide de pratique clinique étranger 'Cérumen' \(2000\), mis à jour le 22.04.2016 et adapté au contexte belge le 10.07.2019 - ebpracticenet](#)
- Zelfzorgadvies in de apotheek, Praktijkgids 2. S.Cornwell, V.Foulon. Éditeur Acco. Édition 2018.