

MÉTHODE OTOVENT

Les otites affectent souvent les enfants d'âge préscolaire. La méthode Otovent est un moyen simple, efficace et non-invasif d'aider à résoudre le problème.

COMMENT?

La trompe d'Eustache est un canal qui relie l'intérieur du nez à l'oreille. Elle sert à équilibrer la pression dans l'oreille. Ce canal est normalement fermé et souvent lorsqu'on avale ou on se mouche le nez. Il peut arriver que ce canal soit difficile à faire ouvrir, surtout chez les enfants. Il en résulte une pression négative dans l'oreille :

- Le tympan se trouve rétracté vers l'intérieur et s'amincit.
- Du liquide peut alors apparaître dans l'oreille.

La méthode Otovent facilite l'ouverture de la trompe d'Eustache afin de rétablir une pression normale dans l'oreille.

TECHNIQUE

La technique est simple et facile d'exécution : il s'agit de souffler de l'air dans un ballon avec la narine.

1. Fixer l'embout nasal au ballon spécial.
2. Appuyer fermement l'extrémité arrondie de l'embout contre une narine tout en comprimant la narine opposée avec le doigt.
3. Prendre une grande inspiration par la bouche ; puis en gardant la bouche fermée, expulser l'air de la narine pour gonfler le ballon.
Le ballon sera gonflé de la grosseur d'un citron puis d'une orange et idéalement celle d'un pamplemousse.
4. Avec le ballon en place, demander à l'enfant de parler ou de compter de 1 à 10 ou simplement d'avaler. Ceci dirigera l'air du ballon vers la trompe d'Eustache. Si cette étape est douloureuse pour l'enfant retirer l'embout de la narine et retenter un autre jour cette étape.
5. Répéter le même procédé pour l'autre narine selon la prescription médicale.

RECOMMANDATIONS

- S'il s'agit d'un jeune enfant, la méthode doit être supervisée par un adulte.
- Surtout les premières fois, l'enfant peut quelquefois se plaindre d'une douleur à l'oreille; lui donner du Tylénol ou de l'Advil 45 minutes avant l'exercice au besoin.
Il / elle peut entendre un bruit ou avoir l'impression que son oreille est bouchée au cours du traitement. Ces sensations sont fréquentes et de courte durée.
- Utiliser la méthode selon la fréquence recommandée par votre médecin.
- Remplacer le ballon lorsque l'enfant le gonfle trop facilement. Au début du traitement, utiliser les ballons inclus dans la boîte Otovent car leur pression a été spécialement calibrés. Quand les 10 ballons de la boîte sont rendus trop faciles à gonfler procurez-vous des ballons de grandeur similaire en vente libre.
- La méthode Otovent peut être utilisée sans danger d'expulsion si l'enfant est muni d'un tube de myringotomie.
- Par mesure d'hygiène, nettoyer tous les jours avec une eau savonneuse et bien rincer. Chaque enfant devrait idéalement posséder son propre embout.

Cesser l'utilisation de la méthode lorsqu'il y a :

- Une douleur à l'oreille qui persiste après le traitement, malgré le Tylénol ou l'Advil.
- Un écoulement de l'oreille
- Un écoulement nasal abondant ou un rhume
- Une otite active (fièvre, douleur)

Continuer le traitement jusqu'à votre prochain rendez-vous ou selon la prescription médicale.

Le succès du traitement dépend en grande partie de l'utilisation régulière de la méthode Otovent.