

Ascoltare

L'otalgia è un sintomo frequente: normalmente è monolaterale ma può anche presentarsi bilateralmente. Rappresenta un segno che indirizza il paziente dal proprio medico di famiglia, dal pediatra, dall'otorinolaringoiatra ma anche, in prima battuta, dal farmacista.

Le principali cause di otalgia sono dovute a otite esterna, media, mastoidite, infezioni dell'orecchio, corpi estranei, tappo di cerume, traumi, foruncolosi o micosi del condotto uditivo.

ANATOMIA DELL'ORECCHIO

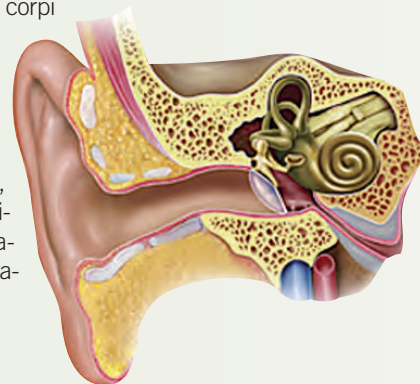
L'orecchio è innervato dal trigemino e precisamente dal nervo auricolotemporale, branca del nervo mandibolare, dal glossofaringeo, dal vago con il suo ramo auricolare e dal nervo faciale, oltre al plesso cervicale con il nervo grande auricolare.

Per la diagnosi differenziale di otalgia (Majumdar et al., *Arch dis child educ pract* Ed. 2009 Apr; 94(2): 33-6) occorre raccogliere, come sempre, l'anamnesi del paziente e condurre un esame obiettivo dell'orecchio, ma anche a livello del cranio, del collo, della tiroide e dei linfonodi sottomandibolari e retroauricolari. È utile fare una valutazione del naso con una rinoscopia e dell'orecchio con un'otoscopia. Di pertinenza specialistica è, invece, la laringoscopia.

Otalgia significa orecchio, ma anche problemi legati alla masticazione, all'apparato dei seni mascellari e frontali oltre che a dolori muscolo scheletrici a livello cervicale e alla faccia. Non infrequentemente l'otalgia è legata, infatti, a problemi di masticazione: il bruxismo, per esempio, le patologie dell'articolazione temporo-mandibolare, oppure le odontalgie da patologia dentaria per la sopra citata localizzazione nervosa sensitiva (nervo glossofaringeo, faciale, trigemino, vago). Spesso si associa a sinusite, in quanto, proprio per la specificità anatomica legata all'innervazione delle cavità nasali da parte del trigemino, il sintomo viene espresso a livello della tromba d'Eustachio; a faringotonsillite, soprattutto nei bambini, per l'interessamento del nervo glossofaringeo; a cervicalgia: artrosi, sindrome post traumatica da distorsione cervicale, mialgie dal muscolo trapezio o dallo sternocleidomastoideo possono proiettarsi a livello mastoideo e, quindi, nella regione dell'orecchio. Nella sindrome di Meniere, l'otalgia è uno dei sintomi associato a disturbi uditivi e vertigine. Otalgia significa però anche quadri neoplastici, meningiomi, lesioni dell'angolo cerebello pontino, arterie temporale, neoplasie parotidiche, herpes zoster, corpi estranei (questi ultimi frequenti nei bambini).

DIAGNOSI

Otite esterna e media: la prima interessa il condotto uditivo esterno e tutte le strutture dell'orecchio esterno ed è più frequente d'estate, con il caldo, dopo il contatto con l'acqua (piscina, acque ferme come quella della vasca da bagno). L'otite media interessa, invece, la membra-





il dolore

L'otite è un'infezione molto frequente nei bambini, che trova la sua ragion d'essere in molte cause diverse. I segni sono chiari e riconoscibili, accompagnati da un dolore intenso. Va indagata l'origine, prima di procedere alla cura più appropriata

DI **STEFANO NOBILI**
MEDICO DI MEDICINA GENERALE
FIMMG, MILANO

na del timpano. In questo caso può essere anche presente, oltre al dolore, suppurazione, otorrea (fuoriuscita di pus dall'orecchio), febbre e ipoacusia. La membrana timpanica si presenta arrossata, opaca e anche rigonfia. Si può anche giungere alla perforazione del timpano se il quadro non si risolve con la diagnosi e con la terapia adeguata. La pressione sull'orecchio, precisamente sul trago, è sufficiente per porre diagnosi di otite. Anche un banale raffreddore con secrezione mucosa e un'infezione delle alte vie respiratorie possono complicarsi, specie nei bimbi, con un'otite.

In particolare, l'otite media è un'infezione estremamente frequente tra i bambini (*Paediatrics* vol. 114 n. 3 settembre 2004, 874-877). I segni diagnostici vanno dall'improvvisa e rapida insorgenza dei sintomi alla presenza di essudato, ai segni di infiammazione rilevabili attraverso l'otoscopia che permette di notare arrossamento, rigonfiamento e limitazione della mobilità della membrana timpanica, il tutto accompagnato da rialzo termico. Ovviamente, l'ispezione dell'orecchio è necessaria per escludere altre cause come la presenza di corpi estranei, una membrana timpanica retratta che indica un quadro di ridotto spazio aereo nella tromba di Eustachio o per escludere l'otite stessa. Occorre estrema attenzione e bisogna porre in atto pronte misure terapeutiche nel caso di otite media e presenza di sangue nel canale auricolare, di segni di mastoidite che si manifestano con rigonfiamento attorno e/o posteriormente all'orecchio, oppure di un quadro di otalgia accompagnato da forte vertigine. Il dolore dell'otite media varia, anche se di solito è intenso.

Particolare attenzione va posta nel caso in cui il bambino sia disidratato: le terapie dovranno essere modulate per evitare tossicità da farmaco. Si possono dare alcuni suggerimenti in fatto di prevenzione dell'otite media nei bambini: poiché è spesso una complicanza di infezioni nasofaringee, è necessario insegnare ai bambini fin da piccoli a soffiarsi il naso. In opzione, è bene procedere con lavaggi nasali con soluzione fisiologica e aspirazione delicata delle secrezioni nasali attraverso appositi *devices*, evitando qualsiasi pratica se l'otite con il corteo di sintomi è già presente o se si sospetta una perforazione timpanica.

Un altro comune mal d'orecchio può essere causato dalla presenza di cerume che ostruisce completamente il condotto uditivo esterno e che, aumentando la pressione sul timpano, provoca dolore. La cute del condotto uditivo esterno è ricoperta da un sottile strato di cerume con proprietà antibatteriche. Il tappo di cerume interessa

dal due al sei per cento della popolazione con un'identica distribuzione tra uomini e donne. La soluzione è l'otolusi, ovvero un lavaggio auricolare che pulisce completamente l'orecchio togliendo fastidio, dolore e abbassamento dell'udito.

TERAPIA

Gli antibiotici normalmente prescritti sono penicilline e penicillino simili, oppure macrolidi (*Am academy of pediatrics'clinical practice guidelines for the diagnosis and management of otitis media*, vol. 30, n. 3, marzo 2005, p. 74). La durata della terapia antibiotica non deve essere normalmente inferiore a sette giorni. La terapia locale prevede composti in commercio contenenti antibiotici, antinfiammatori, anestetici, sempre che non vi siano lesioni importanti o perforazioni del timpano. Per il dolore e per la febbre, se si tratta di bambini, è bene utilizzare il paracetamolo, secondo il peso del soggetto. Per quanto possibile occorre la massima precisione nella diagnosi di otite, in quanto la terapia antibiotica non è scevra da problemi, quali le resistenze a ceppi batterici, direttamente correlate all'eccessivo utilizzo di antibiotici, anche se sembrano meno sviluppate nella terapia locale rispetto a quella sistemica (Weber et al. *Otolaryngol Head Neck Surg.* 2004; 130 (Suppl): S89-S94). Da sottolineare che in media un quarto dei casi di otite media è di origine virale e i restanti tre quarti sono causati da batteri quali *Hemophilus influenzae*, *Moraxella catarrhalis*, *Staphylococcus aureus*, *Streptococcus pneumoniae*, *Streptococcus piogene*. Da ricordare che il fumo, attivo e passivo, può essere un fattore predisponente l'otite (*Clinical practice guidelines in primary care*, 17-3-2005).

BAROTRAUMA

È un vero e proprio trauma da pressione; gli esempi più classici sono la diminuzione della pressione nella cabina dell'aereo, oppure la pressione che sotto il livello del mare aumenta (circa un'atmosfera ogni dieci metri di profondità). Normalmente se si compensa attraverso la manovra di Valsalva (espirazione forzata a glottide chiusa) si riporta al giusto equilibrio di pressione il timpano, bilanciando la pressione interna dell'orecchio con quella esterna. Talvolta non si riesce e la conseguenza è il dolore. Si può avvertire mal d'orecchio anche quando si sale rapidamente dalla pianura in montagna con l'auto: la soluzione è deglutire spesso così da rimettere in equilibrio le pressioni all'interno dell'orecchio e al suo esterno.

Dottore, ho

Organo deputato all'udito e all'equilibrio, l'orecchio appare come una sofisticata struttura in cui si possono generare disturbi di vario genere. Tra questi, il mal d'orecchio è il più comune e spesso induce chi ne soffre a cercare un rimedio efficace contro il dolore in farmacia, prima ancora di rivolgersi a un medico. L'otalgia può avere, però, le cause più disparate e al farmacista si impone un'indagine sulle possibili origini del disturbo. Esso può derivare, infatti, da un banale colpo d'aria o da patologie più serie dell'orecchio, ma anche da problemi localizzati ad altre sedi anatomiche, come quelli dell'articolazione della mandibola, della faringe (tonsilliti, faringiti, tumori), del cavo orale (mal di denti, ascessi dentari, gengive infiammate), delle ghiandole parotidi, oppure provenire da disturbi di natura neurologica (per esempio da una nevralgia del nervo trigemino). Tra le molte cause all'origine del dolore, l'otite esterna e media costituiscono la più frequente.

IN PISCINA CON CAUTELE

L'otite esterna, localizzata al condotto uditivo, si presta anche a interventi topici. Risulta, però, abbastanza difficile consigliare medicinali da introdurre nell'orecchio senza una precedente visita medica: la condizione essenziale per poterlo fare è, infatti, l'integrità del timpano. I farmaci topici utilizzabili contengono antibiotici, quali la polimixina B e la neomicina, che fanno diminui-

Pulire con delicatezza

La pulizia dell'orecchio è consigliata solo a livello del padiglione auricolare esterno e all'imbocco del canale uditivo per rimuovere gli eccessi di cerume che fuoriescono. Sono sconsigliate manovre con bastoncini di cotone o altri oggetti all'interno del condotto uditivo poiché creano microlesioni e, spingendo il cerume insieme a detriti cutanei in fondo al condotto uditivo, favoriscono la formazione dei tappi. Anche per le irrigazioni eseguite in modo autonomo con getti di acqua all'interno dell'orecchio occorre attenzione: una pressione troppo forte può ledere la delicata membrana del timpano, mentre una temperatura troppo calda o troppo fredda del liquido possono causare vertigini. Per la pulizia e per la prevenzione dei tappi di cerume possono essere utili spray a base di soluzione salina, a volte associata ad altre sostanze ad azione lenitiva, idratante e antinfiammatoria, utilizzabili anche dai più piccoli.



mal d'orecchio

L'otalgia può avere diverse manifestazioni. Il farmacista, in prima battuta, può consigliare come prevenirla grazie a una corretta pulizia quotidiana del condotto uditivo. Vanno rispettati alcuni accorgimenti

DI ANNALISA GANDINI
FARMACISTA (MILANO)



Le domande da porre al cliente

- ◆ Da quanto tempo accusa dolore?
- ◆ È localizzato?
- ◆ Chi soffre di mal d'orecchio è un bambino piccolo o un adulto?
- ◆ Se è un bambino, ci sono altri sintomi (nausea, diarrea e altro)?
- ◆ Ha fuoriuscita di secrezioni dal condotto uditivo? Ha febbre?
- ◆ Ha avuto o ha in corso una malattia delle prime vie respiratorie?
- ◆ Pratica sport acquatici o subacquei?
- ◆ È stato a lungo in acqua di recente, ha nuotato in acque poco pulite?
- ◆ Ha problemi a denti, gengive o di masticazione?
- ◆ Ha fatto da poco un viaggio in aereo o è stato in montagna?
- ◆ Come pulisce le orecchie?
- ◆ Ha già appurato che la membrana timpanica sia integra?

re le secrezioni e l'infiammazione, anestetici locali e antidolorifici, per attenuare il sintomo doloroso e l'eventuale prurito.

L'otite esterna è definita anche orecchio del nuotatore, poiché compare spesso in chi rimane per lungo tempo con le orecchie immerse in acqua, soprattutto se questa è poco pulita o contiene sostanze irritanti, come i disinfettanti delle piscine. Per prevenirla occorre asciugare con cura le orecchie una volta usciti dall'acqua ricorrendo, nei casi più ostinati, all'utilizzo dei coni di cera, che una volta accesi aspirano l'acqua residua per un "effetto camino". Può risultare utile, per eliminare le sostanze irritanti, anche la detersione del condotto uditivo con irrigazioni di acqua fisiologica. L'utilizzo dei tappi, invece, potrebbe non rivelarsi la scelta migliore per la prevenzione dell'otite: non sempre riescono a bloccare del tutto il passaggio dell'acqua, creando un ambiente umido che favorisce la formazione di infezioni e di tappi di cerume.

Tra le altre cause diotalgia localizzate all'orecchio, vi possono essere la dermatite e la presenza di foruncoli nel condotto uditivo come pure la formazione di un tappo di cerume, alla cui origine vi sono spesso manovre errate di pulizia. Per ammorbidirlo si può

consigliare l'instillazione di particolari preparati a base di sostanze emollienti, seguita da un delicato lavaggio con acqua tiepida dopo pochi minuti. In alternativa si può suggerire l'utilizzo di coni di cera che, con il calore, ammorbidiscono il cerume e per un effetto di risucchio facilitano la sua asportazione.



IL FARMACISTA CONSIGLIA

Tutti e due i tipi di otite richiedono una visita medica. Se la visita non può essere immediata e c'è forte dolore, il farmacista può consigliare un antidolorifico per via sistemica che, per i più piccini, può essere costituito dal paracetamolo o dall'ibuprofene. Anche far appoggiare l'orecchio dolente su una borsa di acqua calda avvolta in un panno può contribuire a dare un po' di sollievo.

Nei bambini più piccoli occorre prestare attenzione ad altri sintomi che insieme all'otalgia possono ricondurre a un'otite, come per esempio la comparsa di febbre, nausea, vomito e diarrea, mentre i lattanti possono manifestare irrequietezza e difficoltà nell'addormentarsi.



UNA MEMBRANA DELICATA

La rottura del timpano è un altro evento doloroso. Di solito la perforazione guarisce da sola, è però importante tenere l'orecchio asciutto per cui è preferibile il bagno alla doccia per lavarsi ed è meglio evitare di nuotare.

Anche la presenza di corpi estranei nell'orecchio provoca otalgia. I bimbi più piccoli, appena ci si distrae, possono anche farsi male e può succedere che oggetti di piccole dimensioni, come biglie, caramelline o cappucci di penne, finiscano nei loro condotti uditivi creando dolore oltre che infezioni se non estratti al più presto. Per estrarli occorre rivolgersi a un medico ma nell'impossibilità di andarci si può favorirne l'uscita tenendo la testa inclinata, senza però dare colpi o provare a estrarli con le dita o con altri mezzi che potrebbero spingerli ancor più in profondità. L'irrigazione, talora utile per facilitare l'estrazione di oggetti come biglie di metallo o di vetro, è, però, controindicata in caso di oggetti igroscopici che si gonfiano a contatto con l'acqua, come i fagioli, i chicchi di grano e altre sostanze di origine vegetale. Nel condotto uditivo può anche entrare accidentalmente un insetto ancora vivo. In questo caso è meglio introdurre dell'olio minerale, per esempio olio di vaselina, che lo uccide e ne facilita l'uscita.

Decollare o atterrare con l'aereo, come anche salire ad alte quote in montagna o scendere sott'acqua possono provocare sensazione di orecchio chiuso e dolore a causa della differenza di pressione tra l'esterno e l'interno dell'orecchio. Per facilitare l'apertura della tuba di Eustachio e riequilibrare così le due pressioni, si può provare a deglutire, a succhiare una caramella o a masticare una gomma oppure si può sbadigliare o forzare l'aria verso il fondo della gola tenendo la bocca e il naso chiusi (manovra di Valsalva). Può anche essere utile l'instillazione di un vasocostrittore nel naso circa mezz'ora prima della prevista variazione di pressione (atterraggio, decollo, eccetera) per liberare il passaggio tra i seni nasali e l'orecchio medio e facilitare la compensazione delle due pressioni. Se una volta ritornati alle condizioni normali i sintomi non dovessero cessare si potrebbe provare a utilizzare i coni di cera per normalizzare la membrana del timpano.

Per finire, vi è anche il dolore provocato dal congelamento. Negli inverni più rigidi, infatti, può capitare che si congeli il padiglione auricolare. In questo caso, per sedare il dolore, si possono somministrare analgesici. Occorre anche ricoverare l'infortunato in un ambiente al riparo dal freddo e procedere a un graduale riscaldamento con moderato calore umido, per esempio attraverso impacchi.





Ginnastica tubarica

Si tratta di un insieme di particolari esercizi, come quello della deglutizione o quello di spingere la lingua fuori dalla bocca fino a toccare il mento o ancora quelli in cui la mandibola è spostata in avanti, indietro o lateralmente. L'otorino può consigliarla per allenare la muscolatura da cui dipende l'apertura periodica della tuba di Eustachio, presupposto per un corretto funzionamento dell'orecchio e per prevenire così le otiti medie. Accanto a questi esercizi lo specialista può anche consigliare manovre di auto insufflazione per mezzo di particolari palloncini reperibili in farmacia che, attraverso variazioni di pressione e passaggio di flussi d'aria considerevoli, portano sempre alla pervietà tubarica.



RISPOSTE AL NATURALE

Per il mal d'orecchio si possono consigliare rimedi omeopatici come *Ferrum phosphoricum* (febbre non alta a esordio graduale) o *Capsicum annum* (infiammazione dolorosa dell'orecchio), alternato ad *Aconitum napellus* (febbre elevata, improvvisa). Per le otalgie riconducibili a un'eruzione dentaria si può invece utilizzare *Chamomilla*.

Se naso e orecchio sono tappati, si avverte sensazione di orecchio pieno, tosse, raucedine e precedente esposizione a freddo umido, può essere indicato *Dulcamara*. *Kalium muriaticum* e *Arsenicum iodatum* sono da consigliare in presenza di raffreddore con raccolta di catarro nelle tube di Eustachio.

In caso di otite acuta (otalgia continua, pulsante, con febbre, agitazione e prostrazione, presenza di materiale purulento per rottura del timpano con diminuzione del dolore), i rimedi omeopatici, come *Hepar sulfur* ad alte diluizioni, *Pyrogenium* e *Arsenicum album* potrebbero costituire la terapia complementare a quella antibiotica che sarà prescritta dal medico il più precocemente possibile.

Per la prevenzione delle otiti recidivanti si possono suggerire rimedi omeopatici come *Aviaria* (assunto in un'unica dose all'inizio di un'otite può anche portare a un suo miglioramento), oppure fitoterapici come il macerato glicerico di *Ribes nigrum*, dalle proprietà antinfiammatorie e antiallergiche, da somministrare al mattino in associazione a *Betula pubescens*, immunostimolante, a pranzo e *Rosa canina*, anch'esso antinfiammatorio e antiallergico, da assumere la sera.

Sempre per la prevenzione possono venire in aiuto i complessi oligoterapici come manganese-rame, rame-oro-argento (indicato per la prevenzione di rinofaringite che esita in otiti, tonsilliti e sinusiti, da preferire in caso di astenia) e l'oligoelemento zolfo.

Piercing sotto accusa

Sta prendendo piede tra gli adolescenti la moda del piercing fai da te con conseguenze spesso drammatiche. Un foro nella parte superiore cartilaginea dell'orecchio, per esempio, se praticata da mani non esperte, in un ambiente e con strumenti non sterili può creare problemi seri. Può essere in agguato un'infezione, la pericondrite da *Pseudomonas aeruginosa* che si può manifestare anche dopo settimane o mesi dall'esecuzione del piercing portando, se non curata in modo adeguato, alla deformazione e alla distruzione della cartilagine. Come se non bastasse, gli antibiotici di uso più comune, come l'amoxicillina, potrebbero non essere efficaci contro questo patogeno, mentre risulterebbero più attivi i chinoloni, il cui utilizzo è però sconsigliato proprio nei più giovani.

