



## RECOMENDACIONES PARA PACIENTES CON TAPONES DE CERA

La cera del oído se produce de forma natural en la parte externa del conducto auditivo externo, su función es proteger al oído de los agentes externos como el polvo, arena y agua así como de las bacterias y hongos. La cera va migrando desde el interior al exterior de manera espontánea cayéndose cuando ya se encuentra en el exterior por tanto en términos generales no es necesario limpiarlos. El uso de bastoncillos de los oídos suele empujar la cera hacia el interior del oído ayudando en unos casos a la formación de tapón de cera y llegando incluso a dañarlo. En ciertas ocasiones puede formarse un tapón de cera de manera espontánea, en esos casos debe contactar con su otorrinolaringólogo.

### RECOMENDACIONES PARA CUIDAR SUS OÍDOS

- No utilizar NUNCA bastoncillos de los oídos. Únicamente debe limpiarse con un pañuelo de papel hasta donde llegue nuestro dedo no introduciendo jamás ningún objeto en el interior del oído.
- Séquese siempre los oídos tras una ducha o tras un baño en piscina o mar.
- Ningún sistema se ha mostrado eficaz para evitar que la cera se acumule, no obstante, en personas con una gran tendencia a realizar tapones de cera pueden usarse algunas soluciones como medidas preventivas:
  - Aplicar varias gotas de AGUA OXIGENADA u OTOCERUM en cada oído dejándolo actuar durante 5 minutos.
  - Aplicar un spray de agua salina (AUDIOSPRAY) repetidas veces.
  - Realizar esta maniobra cada 15 días - 1 mes.
- En pacientes con perforaciones timpánicas u otras enfermedades del oído está contraindicado la realización de lavados óticos, por lo que deberá ser extraída con instrumental.
- En aquellos pacientes en los que estas medidas no sean efectivas deberán visitar a su otorrinolaringólogo cada 6 meses – 1 año para limpiar los oídos.