

Otitis externa of zwemmersoor

"Ik heb alweer een oorontsteking!", zegt een duiker na enkele dagen tijdens zijn duikvakantie. Dit horen wij vrij veel ... een 'pijnlijk' drama voor de sportduiker op vakantie! De oorzaak is een uitwendige oorontsteking of otitis externa, beter gekend als zwemmersoor (swimmer's ear). Of noemen wij het beter duikersoor (diver's ear)?



Wat is otitis externa eigenlijk? Otitis betekent oorontsteking en er zijn – naargelang de anatomische lokalisatie – drie verschillende types:

1. binnen = interna: een vrij zeldzame binnenoortsteking, meestal zonder pijn, maar met gehoorsdaling en duizeligheid: otitis interna.
2. midden = media: een middenoorontsteking (frequent bij kinderen): otitis media.
3. uitwendig = externa: een ontsteking van de gehoorgang: otitis externa.

Opgelet! In tegenstelling tot wat sommige duikers denken heeft otitis externa niets met het klaren of niet kunnen klaren van de buis van Eustachius te maken.

anatomie

De uitwendige gehoorgang is opgebouwd uit verschillende structuren en elementen (huid, kraakbeen, been ...). Dit maakt de gehoorgang des te gevoeliger voor infecties.

Otitis externa kan optreden in verschillende gradaties:

- graad 1: dermatitis = huid,
- graad 2: tympanitis = trommelvlies,
- graad 3: chondritis = kraakbeen,
- graad 4: graad 1 + 2 + 3.

oorzakelijke factor

Bij sportduikers is de verantwoordelijke bacterie bijna altijd *Pseudomonas aeruginosa*. Een infectie door andere meer klassieke bacteriën (*Staph. aureus* of *E. coli*) is zeldzamer, tenzij het een surinfectie is op een reeds bestaande infectie! Een schimmelinfectie (mycose ... *Candida* of *Aspergillus*) is vrij zelden bij sportdui-

kers. Meestal is het probleem bij een schimmelinfectie niet acuut, ook minder pijnlijk, en de behandeling van lange duur.

bevorderende factoren

Er zijn verschillende factoren die invloed kunnen hebben op het ontstaan van otitis externa, zoals: de anatomie van de gehoorgang, een huidaandoening, de persoonlijke hygiëne en de waterkwaliteit. Ik leg ze even in detail uit.

1. Anatomie:

- een nauwe gehoorgang.
- beenderige verdikkingen (osteomen), die een vernauwing van de gehoorgang veroorzaken door veelvuldig duiken en zwemmen.

2. Huidaandoening:

- *keratosis* (= huidafschilfering), zoals eczema en psoriasis.

3. Hygiëne:

- te frequent reinigen, wat de gehoorgang beschadigt en bevattelijk maakt voor infecties.
- gehoorgang is nooit droog, iets wat niet onrealistisch is als men veel zwemt of op duikvakantie is.

4. Waterkwaliteit:

- verontreinigd water.
- 'putten' en waterplassen, omgeven door weilanden met overbemesting door nitraten en urine, die de gevreesde *Pseudomonas aeruginosa* bevat.
- grondwater voor een stortbad.
- planktonrijk water
- zoutkristallen

waarom

"Waarom had ik dat vroeger niet?" of "Waarom ik en niet iemand anders?" zijn veel gestelde vragen! De reden is dat de pH (zuurtegraad) van de huid van je ge-

hoorgang niet meer neutraal is en veel te basisch geworden is, namelijk hoger dan 7.

praktische richtlijnen

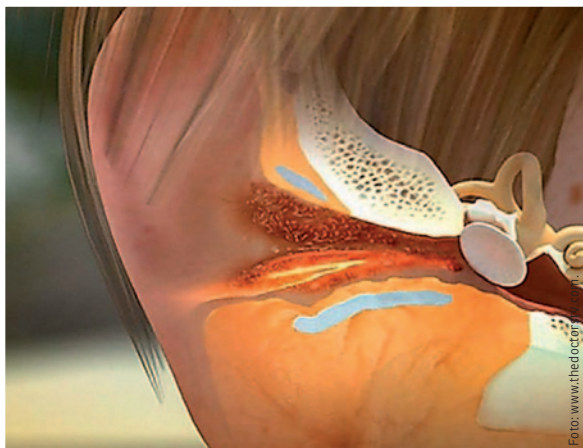
Otitis externa is te voorkomen, mits enkele voorbereidingen alvorens op duikvakantie te vertrekken, enkele preventiemaatregelen en als je dan toch last krijgt van jeuk zijn er behandelingsmogelijkheden.

A. Preventie:

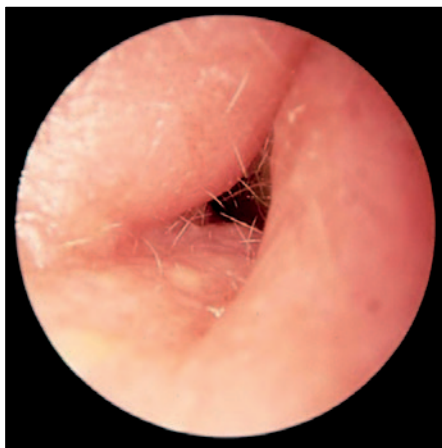
- **bij de arts:** de pre-vakantie voor mensen (duikers of zwemmers), die hieraan gevoelig zijn, bestaat uit aspiratie reiniging bij de KNO-arts met de microscoop (suction cleaning). Het verwijderen van alle waterabsorberende huidschilfers (hydrofiële débris) is wenselijk.
- **thuis:** 1 à 3 x per week indruppelen van zure druppels (verdund azijnzuur met propyleenglycol in een correcte verhouding). Recept: verdund azijnzuur (30%), 600 mg propyleenglycol tot 30 mL. Gebruik: 3 x per week 6 druppels, 's avonds te starten 3 weken voor vertrek na controle bij de KNO-arts, zoals hierboven beschreven.
- **op vakantie:** na het duiken is het belangrijk om de gehoorgang te spoelen. Gebruik hiervoor een spuitje van 10 cc. Geen leidingwater, zeker niet in de tropen (te brak), maar wel mineraalwater (bijv.: blauwe Spa Reine of een equivalent). Naderhand lichtjes drogen, zonder de huid te kwetsen (eventueel heel voorzichtig met een tissue).

B. Jeuk op vakantie

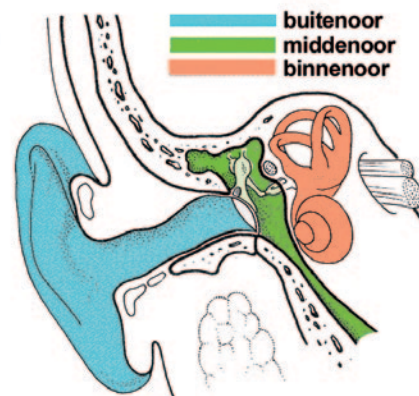
Heb je jeuk in je gehoorgang en op je trommelvlies, gebruik dan een combinatie van volgend recept: Ciloxan (Quinolone druppels), Maxidex (= cortisone), in zelfde druppeltellerflesje. Gebruik: na het duiken à



Ontsteking van de gehoorgang kan pijnlijk zijn.



Een ontsteking van de gehoorgang: otitis externa.



Schematische voorstelling van het oor.

rato van 5 druppels. Wel voordien spoelen zoals hierboven beschreven.

C. Pijn bij druk op de oorschelp:

Als de oorschelp pijnlijk is bij het aanraken (bijv. als je aan de oorlel trekt) dan is de otitis externa in een vrij ver gevorderd stadium en zullen druppels niet voldoende zijn. Een penicilline versus augmentin is zinloos. Slechts **QUINOLONE**-preparaten zijn efficiënt. De dosis is type Ciprofloxacin à rato van 500 mg, 2 x 1 per dag, gedurende

5 à 10 dagen, naargelang de ernst van de infectie. Deze behandeling is ook efficiënt bij turista (diarree en acute gastro-enteritis) en blaasinfecties! In principe is verder duiken toegestaan tijdens de behandeling.

Waarom zijn duikers hieraan gevoelig?

Cerumen of oorsmeer is hydrofiel. Voeg daarbij een te basisch milieu, warmte, wind en planktonrijk zeewater en je hebt de ideale voedingsbodem voor bacteriën, die otitis externa veroorzaken!

Prettige duikvakantie!

Paul vander Eecken, M.D.
Neus-, Keel- en Oorheelkunde
Algemeen Ziekenhuis Sint Lucas
9000 GENT
paul.vandereecken@azstlucas.be

Hippoëzie

Het zeedraakje (*Phycodurus equus*)

Hij heeft zijn hoofd versierd met lentegroen en uit zijn oren spruiten bladertakken als een soldaat in camouflagepak en zeebenen heeft hij ook - een heel plantsoen.

Een vis werd plant. Ik heb met hem te doen: de mimicry van treuzelaars en zwakken. Een roofvis zal zo'n vegapaard niet pakken, een herbivoor gaat liever op rantsoen.

Temidden van het wier een gouden oog. Hoe voelt het om een struik te imiteren?

Ik strek mijn takken naar de hemelboog. Het is zo stil. Straks in de maneschijn ga ik in fladderklaren rondflaneren op zoek naar struiken die mijn vrienden zijn.

Patty Scholten

(uit de bundel Looiedetten, uitgeverij Atlas 2006)



Foto: straycatt00