

advance FOR

NURSES

La comprensión de la cerilla

Consejos para limpiar su oído correctamente—con y sin ayuda profesional

La cerilla, técnicamente llamada cerumen, es un líquido pegajoso secretado por las glándulas del canal auditivo. La cerilla ayuda a mantener los oídos limpios y lubricados, y normalmente sale del oído por sí misma. Pero, a veces se acumula, bloquea el canal y causa problemas auditivos.

Las personas que tienden a tener cerilla excesiva son los ancianos, las personas que tienen discapacidades de desarrollo, las personas que usan hisopos de algodón en sus oídos, y las personas que usan aditamentos para la audición o tapones para los oídos.

Si siente que sus oídos están “taponados” o que usted no puede oír como de costumbre, pudiera necesitar ver a su médico u otro proveedor de salud para que le extraiga el exceso de cerilla.

No trate de quitarse la cerilla usando hisopos de algodón u otros objetos para “extraerla” de su canal auditivo, porque el usar esas cosas puede empujar la cerilla más atrás dentro del canal auditivo o causarle daños serios al canal auditivo y/o al tímpano.

Cuando usted visite a su proveedor de salud, él/ella le preguntará sobre su oído, su habilidad para escuchar y su historia de salud general. Luego él/ella mirará dentro de su oído para chequear si hay algún problema físico, enrojecimiento o inflamación, y para ver la cantidad de cerilla y dónde está en su oído.

Gotas para los oídos

Su proveedor de salud puede recomendarle usar gotas para los oídos que no requieren de prescripción médica para ablandar la cerilla y que ésta salga de forma natural. Si usted usa gotas para quitar la cerilla sin receta médica, asegúrese seguir las instrucciones en el paquete.

La mayoría de las instrucciones sobre gotas para los oídos le dirán que se acueste o que incline su cabeza de forma que el oído afectado quede para arriba. Suavemente hale el lóbulo de la oreja hacia arriba y hacia atrás para estirar el canal auditivo. Deje caer la medicina dentro del canal auditivo. Mantenga el oído mirando hacia arriba por varios minutos de forma tal que la medicina fluya hacia el fondo del canal auditivo. Usted querrá ponerse una pequeña motita de

algodón limpia sobre el canal auditivo para evitar que las gotas se salgan. Para prevenir que los gérmenes contaminen la medicina, no toque ninguna superficie con el aplicador, incluyendo las partes internas de su oído. Mantenga el envase firmemente cerrado.

Usted puede quitar cualquier cantidad de cerilla que haya quedado en su oído después de usar la medicina enjuagándose su oído con agua tibia, y usando una perilla de goma para oídos que puede comprar en casi todas las farmacias.

Extracción por un proveedor de salud

Su proveedor de salud puede decidir extraer la cerilla durante su visita a la consulta.

Para comenzar, usted será cubierto para proteger su ropa. Él/ella usará un irrigador, el cual le echará chorritos de agua, usualmente mezclada con una solución de limpieza, dentro de su oído, para lavar su canal auditivo. Él/ella se asegurará que el agua esté lo suficientemente tibia para mantenerlo cómodo y quitar efectivamente la cerilla.

Un medio succionador también puede ser usado para quitar las partículas de cerillas más grandes y extraer el agua. El succionar puede ser ruidoso porque el agua se chupa hacia un pequeño tubo insertado dentro del oído.

Su proveedor de salud puede utilizar otros instrumentos para quitar la cerilla de su oído. Algunos de ellos son curetas de acero inoxidable o desechables cucharas y fórceps. Estos instrumentos están hechos de diferentes tamaños para ajustarse a canales auditivos de cualquier tamaño y para asegurarse que usted, el paciente, esté cómodo.

El control de la cerilla

Después de limpiar sus oídos, su proveedor de salud le ofrecerá consejos para mantener su cerilla bajo control. Recuerde, la cerilla es natural y necesaria para un oído saludable.

Compilado por Abigail Scott, editor auxiliar de *ADVANCE*.



Notas
