

Informação Geral

A USF ALPHA funciona em 2 pólos localizados nas freguesias de Válega (sede) e São Vicente Pereira e Jusã.

Válega (sede):

- o Morada: Rua do G.A.C., 3880-501 Válega
- o Telefone: 256590060 FAX: 256590069
- o E-mail: usf_alpha@csovar-min.saude.pt

São Vicente Pereira e Jusã:

- o Morada: Av. do Emigrante, 3880-820 São Vicente Pereira e Jusã
- o Telefone/fax: 256890406
- o E-mail: usf_alpha_svpereira@csovar.min-saude.pt

Pode encontrar a USF ALPHA no seu sítio da internet:

www.usfalphabet.com

Dor de ouvidos no Adulto



Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado em CG a:
Inês Figueiredo		

O que é?

O ouvido divide-se em três partes: externo (orelha e canal auditivo até à membrana do tímpano), médio (ou caixa timpânica) e interno (onde se encontram os recetores nervosos do ouvido). A inflamação de uma destas partes chama-se otite.

A **otite externa** pode produzir-se por um simples furúnculo. O sintoma habitual é uma dor local, por vezes intensa, que piora quando se toca ou se move o lóbulo da orelha. Quando a inflamação é em todo o canal auditivo externo, pode haver supuração de pus amarelo-esverdeado, pode notar que ouve menos e que tem uma febre baixa. Com frequência ocorre depois de nadar ou mergulhar, ou por ter introduzido no ouvido cotonetes ou outros objetos para coçar-se.

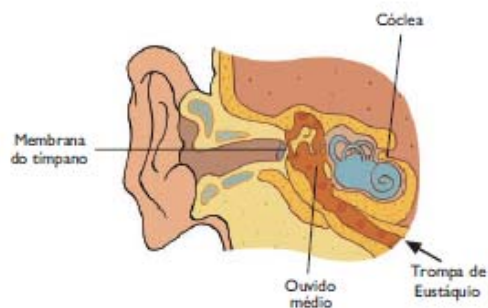
A **otite média aguda** também produz dor e os sintomas são parecidos. Pode surgir durante ou depois de infeções respiratórias agudas (constipações comuns, catarros, etc.). Pode apresentar perfuração do tímpano e supuração. Quase sempre é acompanhada de febre.

A **otite média serosa** consiste na acumulação de muco atrás da membrana do tímpano. Aparece também durante ou depois de uma constipação comum e o principal sintoma pode ser a surdez ou dor mal definida do ouvido. 80-90% das otites médias agudas são causadas por vírus e curam espontaneamente sem antibióticos, sem que aumente o número de complicações ou sequelas.

Por vezes pode tratar-se de uma «**dor referida**». Isto quer dizer que a causa não está no ouvido, mas sim noutra parte, por exemplo, na articulação da mandíbula, nos dentes, na garganta, nos gânglios ou noutra parte próxima.

O que deve fazer?

- Se tem dor, pode usar analgésicos como o paracetamol na dose que o seu médico lhe indica habitualmente.
- Na **otite externa aguda** ou se apresenta dor ou supuração do ouvido, evite a entrada de água no ouvido.
- Na **otite média aguda ou serosa**:
 - Não fume. É um risco para si e para as pessoas que vivem consigo. Os filhos de fumadores sofrem mais frequentemente de otite média aguda e de otites serosas.
 - Mantenha o nariz desentupido com lavagens frequentes com água com sal ou soro fisiológico.
- Na **otite média serosa** mastigue chicletes sem açúcar, o que favorece a ventilação do ouvido médio e a eliminação do muco e diminui a pressão nessa cavidade.
- Se a dor do ouvido é provocada por mudanças de altitude (no avião, na estrada), aconselha-se também a mastigação de pastilhas, ou a bebida de líquidos aos goles.
- Se utiliza aparelho auditivo, cuide dele segundo as instruções.
- Evite sempre coçar ou introduzir objetos dentro do ouvido. Os cotonetes são exclusivamente para a higiene externa do ouvido.



Quando consultar o seu Médico de Família?

- Se tem pus.
- Se a dor é intensa ou a febre alta.
- Se tem otites repetidas, que supuram com frequência, ou se nota diminuição da audição.
- Se depois de 48-72 horas de ter iniciado o tratamento indicado pelo seu médico não apresenta melhoria.

