



A) Définition de l'otite barotraumatique et le rôle de la trompe d'Eustache :

Pour pouvoir entendre correctement, l'oreille a besoin d'avoir la même qualité d'air (pression, composition, chaleur...) de chaque côté du tympan. En temps normal, la trompe d'Eustache (fig.1), qui relie l'arrière du tympan à la gorge, permet à l'air contenu dans l'oreille moyenne (fig.1), d'équilibrer sa pression avec l'air l'extérieur.

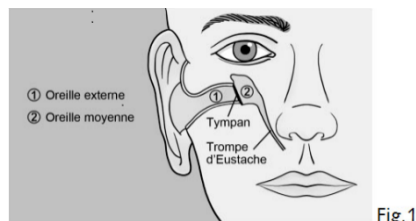


Fig. 1

En cas d'inflammation ou d'infection ORL, la trompe d'Eustache peut se boucher (Fig.2 et 3). Aussi, en cas de variation de la pression atmosphérique, lors d'un changement d'altitude (ou lors d'une plongée sous-marine), ce bouchon empêche l'équilibrage des pressions entre l'extérieur et l'oreille moyenne et cette différence de pression déforme le tympan, soit vers l'intérieur (Fig.2) en descendant d'altitude, soit vers l'extérieur (Fig.3) lors de la montée en altitude. Cette déformation provoque une violente douleur pouvant aller jusqu'à la déchirure du tympan.

Lorsqu'on examine l'oreille avec un otoscope, on observe un tympan rétracté dans le premier cas et bombé dans le second cas.

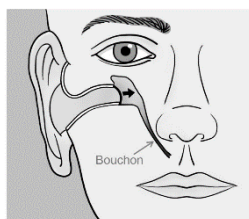


Fig.2

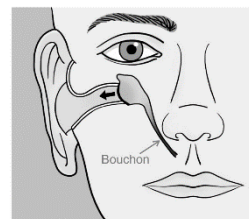


Fig.3

Zen-Altitud' est indiqué lorsque la pression extérieure augmente, c'est-à-dire à la descente d'altitude. Dans cette situation, le tympan est repoussé et se rétracte.

Lorsque la pression extérieure diminue c'est-à-dire à la montée en altitude, il faut utiliser le dispositif *STOPOTIT'* (voir sa notice). Ici le tympan est aspiré et se bombe.

B) Comment fonctionne *Zen-Altitud'* ?

Lorsqu'on applique *Zen-Altitud'* à l'entrée du conduit auditif (Fig.4) et qu'on actionne le bouton presseur, on diminue très progressivement la pression dans le conduit auditif. Cette baisse de pression agit sur le tympan jusqu'alors rétracté (Fig.2) puis sur l'obstacle situé sur la trompe d'Eustache, ce qui permet d'aspirer l'air extérieur présent dans la gorge et ainsi de rééquilibrer les pressions de part et d'autre du tympan. Le tympan retrouve sa position normale, ce qui fait disparaître instantanément la douleur.

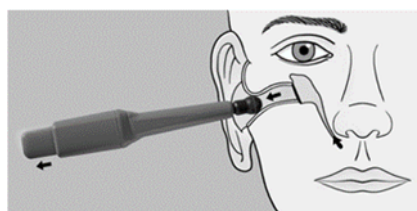


Fig.4

IMPORTANT : Pour être efficace, *Zen-Altitud'* doit être positionné de manière bien étanche à l'entrée du conduit auditif.

C) **Indications :**

- Traitement de la douleur d'une **Otite barotraumatique débutante** lors de la **descente d'altitude** (en avion ou en montagne).
- Amélioration de la prise en charge de l'**Otite Séreuse à pression négative** après avis médical.

D) **Comment savoir si on peut utiliser Zen-Altitud'?**

Dès qu'une douleur apparaît au niveau d'une oreille pendant une descente d'altitude, on peut essayer d'utiliser *Zen-Altitud'*.

Par contre cesser immédiatement d'utiliser *Zen-Altitud'* si la douleur augmente.

E) **Contre-indications :**

- Si la douleur de l'oreille augmente en utilisant *Zen-Altitud'*, cesser immédiatement son utilisation.
- Ne pas utiliser lorsque l'organisme est soumis à une diminution de pression extérieure lors d'une montée en altitude (en avion ou en montagne...). Dans ce cas, utiliser le dispositif *STOPOTT'*.

F) **Mode d'emploi :**

Toujours procéder avec douceur et sans précipitation...
même si parfois, la douleur est très vive et incite à vouloir agir vite.

1. Prendre *Zen-Altitud'* d'une main, le pouce placé sur le bouton presseur.
2. Humidifier l'embout en silicone souple de *Zen-Altitud'* avec de l'eau savonneuse pour favoriser l'étanchéité (Fig 5).
3. Dégager l'entrée du conduit auditif de tout cheveu pour garantir l'étanchéité.
4. Appliquer *Zen-Altitud'* de manière étanche contre l'orifice du conduit auditif (Fig. 6).
5. Appuyer plusieurs fois sur le bouton presseur jusqu'à disparition de la douleur.
6. Attendre 10 secondes avant de retirer délicatement *Zen-Altitud'*.
7. Après utilisation, laver, sécher puis désinfecter l'embout en silicone avant de ranger *Zen-Altitud'* dans son étui.
8. Si la douleur réapparaît, réitérer l'opération.



Fig. 5



Fig. 6

G) **Recommandations pratiques :**

- Utiliser *Zen-Altitud'* dès l'apparition des douleurs... avant que le tympan ne se déchire.
- Ne pas utiliser *Zen-Altitud'* sans son embout en Silicone (risques de blessures).
- Ne pas utiliser *Zen-Altitud'* ailleurs qu'à l'entrée du conduit auditif.
- Ne pas utiliser *Zen-Altitud'* chez un animal.
- Pour s'appropriier les bons gestes à adopter pour manipuler *Zen-Altitud'*, tester le au préalable sur l'oreille saine d'un adulte afin de permettre de déterminer combien de pressions sont nécessaires pour déformer un tympan (en fonction des utilisateurs, le nombre de pressions peut être très variable). S'il faut 10 pressions pour passer d'un tympan sain à un début de douleur, il faudra environ le même nombre de pressions pour soulager un tympan douloureux. Le nombre de pressions peut également varier en fonction de l'étanchéité obtenue en positionnant *Zen-Altitud'*.
- Quand la douleur a disparu, ne pas retirer *Zen-Altitud'* brutalement : risque "**d'effet ventouse**" qui peut léser le tympan par aspiration brutale. Ainsi, à la fin de l'utilisation, laisser fuir de l'air par l'embout en silicone souple en le déformant légèrement puis retirer délicatement *Zen-Altitud'*.
- Après chaque utilisation ranger *Zen-Altitud'* dans son étui, à l'abri des chocs, de la lumière, de la chaleur et du froid.

Ne pas laisser *Zen-Altitud'* et son embout en silicone souple à la portée des enfants : **RISQUE D'INHALATION.**
tous les cas, **CONSULTER VOTRE MEDECIN** pour traiter la cause de l'otite.

Dans



SAS KERISORE

68 rue du coteau fleuri • 83320 Carqueiranne • France

<http://www.stopotit.fr>

