

Docteur Philippe CALIOT
326 Av. Thiers – 33100 BORDEAUX
Tél. : 05.57.776.779
Port. : 06.86.37.81.61
philippe.caliot@free.fr

BDX , le 24.7.16

Mesdames et Messieurs les présidents de club
copie Mesdames et Messieurs les Médecins Fédéraux

Madame la Présidente, Monsieur le Président,

Tes oreilles jamais ne cureras,
et le coton-tige tu prosciras.

Je vous prie de bien vouloir rajouter ce 11^{ème} commandement aux 10 déjà confiés à Moïse il y a pas mal de temps. En effet, tous les lundis je reçois des « en « urgence » des plongeurs victimes de barotraumatismes, d'otite externe, de bouchon de cérumen bloqués au fond du conduit auditif externe, incidents qui suivent les plongées du weekend. La plus part du temps c'est lié à l'usage intempestif du coton tige, instrument que l'on peut s'autoriser pour nettoyer l'entrée du conduit auditif, en aucun cas pour écouvillonner rageusement l'ensemble du conduit. Loin d'être un détail et une boutade, l'entretien soigneux de ses conduits auditifs est essentiel chez le plongeur chez qui il est agressé par l'eau, par l'ambiance chaude et humide entretenue par nos activités. Plus que la population générale, le plongeur est donc beaucoup plus exposé à ces déboires bien désagréables.
Pour cela il faut éviter les auto manipulations intempestives.

Comment entretenir ses conduits auditifs ? Quelques règles ; et c'est surtout valable pour ceux d'entre nous qui vont plonger en ambiance tropicale chaude:

- Ne pas les tripoter
- Rinçage des oreilles à l'eau douce le soir
- Alcool boriqué (avec ou sans additif corticoïde) – ça brule un peu.
- Les produits du commerce pour nettoyer les conduits ; efficacité limitée il faut préférer les produits « huileux » type Panaurette*.
- De temps en temps, « graisser » ses conduits auditifs: huile d'amande douce par exemple, préférable à l'huile d'olive préconisée par les Marseillais (pour des raisons culturelles).
- Les gouttes ou poudres antibiocorticoïdes : leur usage préventif systématique n'est pas encouragé

...

Bien sûr l'examen des tympans est un temps incontournable de la visite médicale de non contre-indication aux activités subaquatiques, et nettoyage des conduits + ou – conseils adaptés si besoin.

...

La pathologie du conduit auditif externe du plongeur :

- Otite externe, fréquente, pas grave sauf éventuellement chez le diabétique, très douloureuse. A l'otoscopie, le conduit est le plus souvent rétréci à l'extrême par l'œdème. Il faut associer antibiotiques, antalgiques, et souvent corticoïdes per os au traitement local. Après aspiration sous microscope, l'ORL met en place un « Pop », sorte de petite éponge qui sera humectée plusieurs fois par jour par des solutions antibiocoïdes.
- Otomycoses, le plus souvent due à des Candidas – à l'otoscopie on trouve des couennes blanchâtres. Elles nécessitent une aspiration sous microscope et un traitement spécifique local avec des antifongiques.
- L'eczéma du conduit, entretenu par les auto manipulations et qui fait le lit des surinfections
- Et bien sur l'ostéomatose ou exostoses qui obstrue progressivement le conduit et favorise la rétention du cérumen et les otites externes

Voilà pour ces quelques conseils dont j'espère qu'ils contribueront à éviter quelques déboires aux plongeurs.

Par ailleurs la formation en médecine de plongée de Bordeaux aura lieu en début d'année 2017, les dates précises restent à définir.

Concernant les visites médicales de non contrindication, je vous invite encore une fois, à orienter préférentiellement les licenciés vers les médecins fédéraux. Nous commençons à voir les effets délétères de la nouvelle libéralisation par le CDN, avec des licenciés peu ou pas examinés, et à qui on délivre des certificats de non contre-indication alors qu'ils ont des contre-indications manifestes. J'en reçois plusieurs par mois, soit après un incident ou un accident, soit adressés par un Président de club inquiet à juste titre.

Pour les clubs et équipes sportives qui adressent leurs licenciés à mon cabinet , je vous invite à prendre contact avec mon secrétariat assez tôt pour prévoir les créneaux et éviter la cohue de la reprise de la saison sportive.

Enfin je reste à votre disposition pendant l'été en cas de problème et vous assure de mon cordial dévouement. Bonnes vacances.

Ph Caliot