

Oorsmeer

Deze folder heeft tot doel u informatie te geven over oorsmeer (cerumen). Een gezonde gehoorgang hoort oorsmeer te bevatten. Af en toe geeft oorsmeer problemen. U krijgt uitleg over de redenen daarvan en wat u en uw arts eraan kunnen doen om problemen te voorkomen.

Inleiding

Oorsmeer (oorwas, cerumen) wordt gemaakt in 1000-2000 oorsmeerklieren en vormt een mengsel met talg, haartjes en keratine (bestanddeel van huid) uit afgestoten huidschilfers. De samenstelling van oorsmeer (nat of droog) wordt door één gen op chromosoom 16 bepaald. Het in Nederland (Kaukasische ras) meest voorkomende natte oorsmeer verandert van kleur en consistentie als het ouder wordt; van 'smeuige' goudgele droge oorsmeervlokken, via een stadium van plakkerig bruin oorsmeer naar hard donker (zwart) korrelig oorsmeer. Droog oorsmeer is vanaf het ontstaan hard en brokkelig. Oorsmeer hoort alleen in het buitenste een derde deel (dicht bij uitgang) van de gehoorgang te zitten, waar het wordt gemaakt.

Gehoorgang

De gehoorgang is bij volwassenen ongeveer 2,5 cm lang en eindigt bij het trommelvlies, de scheiding met het middenoor. De gehoorgang heeft de vorm van een koker, is gemiddeld ongeveer 1 cm in doorsnede en is bekleed met huid. Direct onder de dunne huid (1,5 mm) ligt aan het buitenste een derde gedeelte kraakbeen, gescheiden door kraakbeenvlies. Dit kraakbeen loopt door tot in de oorschelp en verzorgt de aanhechting van de oorschelp aan het hoofd. Dieper in de gehoorgang ligt de nog dunnere huid (0,10 mm) direct op

bot, slechts gescheiden door botvlies. De gehoorgang grenst aan de vooronderzijde aan het kaakgewricht. In het buitenste een derde deel van de gehoorganghuid groeien haartjes en zitten de talg- en oorsmeerklieren.

Functies van oorsmeer

Oorsmeer heeft meerdere functies:

- beschermen tegen vocht (waterafstoting);
- beschermen (coaten) van de dunne kwetsbare gehoorganghuid tegen uitdroging;
- het wegvangen van kleine onrechtmatigheden (bijvoorbeeld: stof, vuil, insecten);
- het aanzuren van het leefmilieu voor bacteriën;
- afweer verzorgen tegen ziekmakende bacteriën en schimmels.

Om deze redenen moet uw gehoorgang dus oorsmeer bevatten. Haal geen oorsmeer uit de gehoorgang, want de gezonde gehoorgang reinigt zichzelf.

Waarom geeft oorsmeer soms problemen?

De gehoorgang reinigt zichzelf van teveel aan oorsmeer, doordat vers smeuijg oorsmeer indroogt en korrelig wordt. De huid van de gehoorgang wordt langzaam vanaf het trommelvlies (spiraalvormig) vernieuwd richting uitgang van de gehoorgang en neemt zo het oorsmeer mee naar buiten (vergelijk het met een gletsjer). Daarnaast masseert het kaakgewricht – dat onderdeel uitmaakt van de vooronderwand van de gehoorgang – door kauwbewegingen, gapen en praten de korreltjes oorsmeer naar de uitgang van de gehoorgang. Normale lichaamshygiëne (het met water wassen van een oor; douchen) doet de rest. Bij een gezonde gehoorgang

bestaat er een evenwicht tussen aanmaak en afvoer van oorsmeer. Dit evenwicht kan verstoord raken door onder andere:

- ouder worden (met te snelle indikking van oorsmeer, zodat het oorsmeer hard, brokkelig en scherp wordt);
- manipuleren in de gehoorgang (waardoor stimulatie en/of ontsteking van de oorsmeerkluis ontstaat);
- terugduwen oorsmeer (door oorstukje hoorapparaat, zelf schoonmaken);
- afwijkende bouw van de gehoorgang (nauw, afwijkende botvormingen);
- overmatige haargroei in de gehoorgang;
- ziekten (bijvoorbeeld eczeem, suikerziekte).

Een remmend effect op het transport van oorsmeer naar buiten verstoort dat evenwicht, waardoor oorsmeerophoping kan ontstaan met oorsmeer dieper dan in het buitenste een derde deel van de gehoorgang. Daarnaast kan de combinatie van verstoring van samenstelling, hoeveelheid oorsmeer en beschadiging van de gehoorganghuid een gehoorgangontsteking (otitis externa) geven.

Verwijderen van oorsmeer

Alleen oorsmeer dat zichtbaar is in de opening van de gehoorgang mag worden verwijderd. U kunt dat het beste doen met een wattenstokje. Als leidraad kan gelden dat het wattenpluimpje altijd in zijn geheel zichtbaar moet blijven. Op deze manier is het risico het kleinst dat u te diep gaat en zo oorsmeer dieper duwt. Het toegeven aan de drang om oren dieper schoon te moeten maken is absoluut verkeerd. Het schoonmaken van de gehoorgang op een andere manier dan de natuur al doet, heeft het potentiële risico van beschadiging van de kwetsbare huid, waarna een ontsteking snel kan ontstaan. Vaak wordt het oorsmeer ook dieper in de gehoorgang geduwd in plaats van verwijderd. Bovendien wordt de oorsmeerproductie aangezet. Een vicieuze cirkel dreigt door verstoring van het evenwicht tussen aanmaak en afvoer van oorsmeer.

Vaak gebruikte verkeerde schoonmaakhulpmiddelen zijn: o.a. ballpoint, haarspeld, lucifer, paperclip en tandenstoker. Bij apotheek, drogist en via de reclame zijn er verschillende – als veilig aangeprezen – schoonmaakhulpmiddelen te verkrijgen. Echter, ook deze attributen hebben dezelfde potentiële risico's:

- ze zijn de voornaamste veroorzakers van de vorming van "probleemveroorzakend" oorsmeer;
- ze hebben als risico dat de gehoorganghuid wordt beschadigd;
- ze kunnen het oorsmeer dieper dan het buitenste deel van de gehoorgang duwen, waarna het zich daar ophoopt en niet meer door het lichaam zelf optimaal naar buiten kan worden getransporteerd.

Aan de hand van veel voorkomende vragen zullen nog enkele aspecten van oorsmeer worden besproken.

Kunnen oorsmeeroplossers altijd veilig gebruikt worden?

Commerciële oorsmeeroplossers, baby- of slaolie worden vaak geadviseerd om oorsmeerproblemen te voorkomen. Deze middelen lossen het oorsmeer niet op, maar maken het soms dunner en weken het los van de gehoorganghuid, zodat het natuurlijke transport in de gehoorgang beter kan verlopen. Ook het uitspuiten van een gehoorgang zou hierdoor mogelijk gemakkelijker gaan (zie verder). Sommige oorsmeeroplossers bevatten conserveringsmiddelen die een allergische reactie van de gehoorganghuid kunnen opwekken. De meeste artsen adviseren om deze reden zelden oorsmeeroplossers te gebruiken.

Is oorsmeer de oorzaak van jeuk in de oren?

Jeuk in de gehoorgang heeft meerdere oorzaken, die vaak gecombineerd voorkomen:

- een droge huid zonder de bescherming (coating) van een goede kwaliteit oorsmeer;
- de aanwezigheid van harde korstjes oorsmeer;

- losse afgestoten velletjes huid of haren;
- onder langdurig niet-verplaatsend oorsmeer ontstaat "broei";
- eczeem;
- een allergische reactie op de gebruikte schoonmaakhulpmiddelen (nikkelallergie).

Een onbedwingbare neiging om te peuteren kan ontstaan, waardoor wondjes ontstaan. Dit kan leiden tot een gehoorgangontsteking. Een vicieuze cirkel moet worden doorbroken, zodat niet na peuteren in de gehoorgang jeuk ontstaat, waardoor weer moet worden gepeuterd. Om de vicieuze cirkel te doorbreken is vaak de hulp van een (KNO-)arts nodig.

Meer last van oorsmeer door een hoortoestel?

Een hoortoestel kan alleen functioneren met een zogenaamd oorstukje dat de gehoorgang goed moet afsluiten. Het steeds weer aanbrengen, gebruiken en verwijderen van dit oorstukje, zet de talg- en oorsmeerklieren aan tot grotere aanmaak en geeft ander samengesteld oorsmeer. Bovendien duwt het oorstukje als een bulldozer het oorsmeer weer terug de gehoorgang in, zodat een "muur van oorsmeer" kan ontstaan voor de geluidsuitgang van het hoortoestel. Zo kan een paar milligram oorsmeer de werking van een hoorapparaat ongedaan maken en piepen (= rondzingen) veroorzaken. Regelmatiger oorsmeer laten verwijderen zal nodig zijn.

Hoe wordt oorsmeer door een arts verwijderd?

Een huisarts zal vrijwel altijd een gehoorgang uitspuiten en een KNO-arts zal meestal een gehoorgang onder zicht van een oormicroscop met instrumentjes schoonmaken.

Uitspuiten

Een huisarts – of zijn/haar doktersassistente, die daar ook voor heeft geleerd – zal met schoon water op lichaamstemperatuur de gehoorgang reinigen door water in de gehoorgang te spuiten. Bij het weer naar buiten komen van het water komt het oorsmeer mee. Deze procedure neemt enkele seconden in beslag en lukt in 95% van de gevallen

in één keer. Soms is het nodig meerdere malen achtereen op enkele dagen na elkaar uit te spuiten. Uw arts zal u adviseren wel of niet voorafgaand aan het uitspuiten, met bijvoorbeeld babyolie, te druppelen. Het op goede wijze uitspuiten van een gehoorgang zal zelden leiden tot directe problemen (gehoorgang- of trommelvliesbeschadiging) of later een gehoorgangontsteking, tenzij de huid reeds voor het uitspuiten beschadigd is of door het uitspuiten beschadigd wordt. Het uitspuiten van een gehoorgang mag niet pijnlijk zijn. Pijn betekent beschadiging en verdient dan speciale aandacht.

Na afloop van het uitspuiten moet de gehoorgang goed worden uitgedroogd (zie verder). Als telkens een gehoorgangontsteking ontstaat na uitspuiten, is het raadzaam hier verder vanaf te zien. Het instrumenteel reinigen van de gehoorgang met stofzuigertje en/of oorsmeerhaakje en oormicroscop door een KNO-arts is dan noodzakelijk.

Instrumenteel

Een KNO-arts gebruikt instrumenten (haakjes, lisjes en een stofzuigertje) om – al naar gelang de aard van het oorsmeer (dik, dun, hard, korrelig, etc.) – zo voorzichtig mogelijk het oorsmeer naar buiten te werken. Dit noemt de KNO-arts een oortoilet en gebeurt onder direct zicht, meestal met een oormicroscop. Ook deze procedure kan in enkele seconden gebeuren, maar soms is een minutenlang oortoilet noodzakelijk.

Mag een gehoorgang altijd worden uitgespoten?

Aandoeningen waarbij het uitspuiten van een gehoorgang in de huisartsenpraktijk niet is toegestaan zijn:

- een gaatje in het trommelvlies(perforatie);
- een in het verleden doorgemaakt gaatje in het trommelvlies;
- recent ongeluk van het oor;
- een loopoor (pusuitvloed) bij een gehoorgangontsteking of een geperforeerd trommelvlies met een middenoorontsteking.

De huisarts zal in die gevallen de gehoorgang niet willen uitspuiten en de patiënt verwijzen naar een KNO-arts. Daarnaast bestaan er omstandigheden die uitspuiten vaak minder verstandig maken:

- een bestaande, hevig pijnlijke gehoorgangontsteking;
- een recent doorgemaakte gehoorgangontsteking;
- te kwetsbaar geworden huid van de gehoorgang na een gehoorgangontsteking;
- een doorgemaakte ooroperatie.

Hier zal de huisarts een afweging moeten maken tussen toch zelf doen (mogelijk instrumenteel) of doorsturen naar een KNO-arts.

Hoe kan een oor het beste gedroogd worden na watercontact?

De veiligste en doeltreffendste methode is met een enkel tissuevelletje. U vouwt dit om uw pink en zuigt uw gehoorgang als het ware droog (zuigende werking van dun papier). Beweeg uw pink op en neer in de gehoorgang en gebruik de zwaartekracht door uw hoofd zo schuin mogelijk te houden. Ga net zo lang door tot het tissuepapier droog blijft. Dit kan enkele minuten duren. De gehoorgang kan ook worden gedroogd met behulp van een haarföhn.

Moeten oren van kinderen worden schoongemaakt?

Ook bij kinderen is oorsmeer nodig voor een harmonieus evenwicht in de gehoorgang. Alleen het schoonmaken van zichtbaar oorsmeer mag gedaan worden. De samenstelling van "kinderoorsmeer" beschermt beter dan bij ouderen. Hierdoor komt een gehoorgangontsteking bij kinderen gelukkig zelden voor.

Geeft oorsmeer gehoorvermindering?

Alleen een oorsmeerprop die de gehele gehoorgang afsluit, geeft gehoorvermindering.

Wat verandert er aan oorsmeer en gehoorgang na een ooroperatie?

Dat hangt af van het soort ooroperatie. Wanneer bij de ooroperatie de huid

van de gehoorgang is betrokken, kan gedurende weken, maar soms ook voor altijd, het evenwicht tussen aanmaak en afvoer en de oorsmeersamenstelling verstoord raken. Bij een ooroperatie waarbij de achterwand van de gehoorgang wordt verwijderd en het rotsbeen wordt uitgehold (radicaaloperatie), kan de gehoorgang – die dan één grote holte met het rotsbeen is geworden – zichzelf nooit meer reinigen. Dit betekent dat het oor met regelmaat, minimaal éénmaal per jaar, door een KNO-arts moet worden gereinigd.

Hoe komt het dat bij een oortoilet soms een hoestbui ontstaat?

Hoesten na aanraking van de gevoelige gehoorganghuid ontstaat door prikkeling van dezelfde zenuw, als de zenuw in het strottenhoofd die hoesten veroorzaakt.

Vragen

Het kan zijn dat u ondanks de uitleg van uw arts nog vragen heeft of dat u meer informatie wilt. Aarzel dan niet contact op te nemen met uw KNO-arts en om nadere uitleg te vragen. Aan dat verzoek zal graag worden voldaan.

Deze tekst is tot stand gekomen door de Nederlandse Vereniging voor KNO en Heelkunde van het Hoofd-halsgebied.

Opmerkingen over deze folder

Ontbreekt er informatie in deze folder of is iets onduidelijk beschreven, dan horen wij dat graag. U kunt uw opmerkingen doorgeven via voorlichting@zha.nl