DOR DE OUVIDO
Informações para pacientes

Você foi atendido hoje por dor de ouvido. As causas mais comuns são: otite externa, otite média, acúmulo de secreção por gripe/resfriado ou irritação do canal auditivo. Independente da causa, siga as orientações abaixo:

1. Mantenha o ouvido seco

- Evite molhar o ouvido por alguns dias.
- Não entre em piscina ou mar até melhora completa.
- Ao tomar banho, proteja o ouvido com algodão levemente umedecido em vaselina.



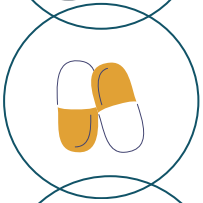
2. NÃO use cotonete

- Ele empurra sujeira para dentro e pode machucar, piorando o quadro.



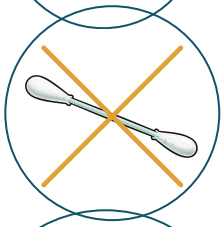
3. Use os medicamentos conforme prescritos

- Se foram orientadas gotas, aplique na posição correta (deitado de lado), mantenha por alguns minutos e não interrompa antes da hora.
- Use os analgésicos conforme necessidade (dipirona, ibuprofeno).
- Aplique ou tome o antibiótico por todo o período recomendado.



4. Descongestione o nariz se estiver resfriado

- Nariz entupido pode piorar dor de ouvido.
- Soro fisiológico e, se prescrito, corticoide nasal.



5. Evite fatores que pioram a dor

- Evitar vento direto no ouvido.
- Evitar fones intra-auriculares até estar assintomático.
- Evitar manipulação ou pressão no pavilhão.



6. Sinais de alerta — procurar atendimento:

- Febre alta
- Saída de secreção amarela ou com mau cheiro
- Dor muito intensa, especialmente ao tocar a orelha
- Tontura, náuseas, vômitos
- Inchaço atrás da orelha
- Piora mesmo após 48–72h de tratamento



Se tiver qualquer desses sinais → retornar imediatamente ou busque pronto atendimento

7. Retorno

Se a dor não melhorar em 48–72 horas, ou se piorar antes disso, retorne para reavaliação.

APS mais