

RESUME

Les trompes d'Eustache, indispensables au bon fonctionnement de l'oreille moyenne, sont méconnues ou vaguement situées et la possibilité de les rééduquer crée la surprise générale. En cas de dysfonctionnement tubaire, les fonctions d'aération, de drainage et de protection de la caisse du tympan sont perturbées. Nous pouvons alors observer des otites séro-muqueuses à tendance chronique ou des barotraumatismes allant jusqu'à la rupture de la membrane tympanique. Des moyens curatifs médicaux et chirurgicaux existent et sont connus des ORL. Cependant, il existe également une méthode rééducative, non invasive et efficace à court et long terme. Cette méthode est la rééducation tubaire, anciennement appelée « kinésithérapie tubaire ». Elle est basée sur des règles d'hygiène du naso-pharynx, sur l'apprentissage de la respiration naso-diaphragmatique, sur la sollicitation active des muscles péri-tubaires (responsables de l'ouverture de la trompe d'Eustache lors des mouvements physiologiques) et sur des manœuvres d'auto-insufflation. La rééducation tubaire ou rééducation vélo-tubo-tympanique est accessible aux enfants et aux adultes. Elle nécessite une bonne compréhension des consignes et un investissement quotidien pour la pratique des exercices. Utile dans un but préventif et curatif, cette méthode est malheureusement moins bien connue par les ORL prescripteurs.

Mots clés : Trompe d'Eustache, rééducation tubaire, dysfonctionnement tubaire, otite barotraumatique, otite séro-muqueuse.

Keywords : Eustachian tube, tubal rehabilitation, tubal dysfunction, barotitis media, seromucous otitis.