



## Fiche d'informations pour les patients - nodule douloureux de l'oreille

### Qu'est-ce qu'un nodule douloureux de l'oreille ?

Le nodule douloureux de l'oreille, ou « chondrodermatite nodulaire chronique de l'hélix » est une lésion inflammatoire localisée qui peut apparaître sur le pavillon de l'oreille, généralement sur l'hélix ou l'anti-hélix. Son origine est mal connue mais l'hypothèse d'une inflammation cartilagineuse puis nécrose cartilagineuse est avancée. Il touche le plus souvent l'homme d'âge moyen ou plus âgé mais peut survenir chez la femme ou chez des personnes jeunes.

### Causes et Facteurs Déclenchants

- **Pression ou traumatisme répété** (appui prolongé sur l'oreille, port de casques ou d'écouteurs)
- **Exposition au froid ou aux rayons UV**
- **Altération de la circulation sanguine locale**

### Symptômes les plus courants

- **Petite tuméfaction ferme et douloureuse**, unilatérale, bien limitée, le plus souvent du côté de la pression de la tête sur l'oreiller
- **Douleur exacerbée par la pression ou le contact** (notamment en dormant sur l'oreille atteinte)
- **Éventuelle ulcération centrale** si la lésion évolue, parfois croute centrale de surface
- **Absence de signes généraux** (fièvre, fatigue), sauf en cas de surinfection.

### Diagnostic

Le diagnostic repose sur :

- Un **examen clinique** par un médecin ou un dermatologue
- Parfois une **biopsie** pour exclure d'autres affections.

### Prise en charge et Traitements

- **Eviter les facteurs traumatiques** : éviter la pression prolongée, utilisation d'un oreiller spécial, décompression de l'oreille lors du sommeil. **Protection contre les agressions extérieures** (froid, UV)
- **Antalgiques** si besoin
- **Soins topiques** : pommades anti-inflammatoires éventuels pendant quelques semaines
- **Cryothérapie**
- **Injection de corticoïdes locaux** : souvent plusieurs injections nécessaires
- **Excision chirurgicale** si le nodule est gênant ou récidivant

Le nodule douloureux de l'oreille est une affection bénigne, mais une prise en charge adaptée permet de limiter l'inconfort et d'éviter les complications.