

Schmerzhafte Sommererkrankung**Ohrenentzündung durch häufiges Baden**

Endlich Ferien! Nun können die Kinder ihre wohlverdiente Freizeit genießen und nach Herzenslust Schwimmen und Baden. In manchen Fällen wird diese Freude allerdings jäh getrübt – meist in der Nacht machen heftige Schmerzen im Ohr auf eine Entzündung des Gehörgangs aufmerksam.

Victoria Kristen, Assistenzärztin an der Abteilung für Hals-, Nasen- und Ohrenkrankheiten am Klinikum Wels-Grieskirchen, erklärt, was das Risiko für eine Badeotitis erhöht und wie man dieser vorbeugen kann.

Bei der Badeotitis, in der Fachsprache als „Otitis externa“ bezeichnet, ist lediglich die Haut des äußeren Gehörgangs betroffen und nicht das Mittelohr. „Der Gehörgang ist in der Regel durch eine Schicht aus Ohrenschmalz geschützt“, erklärt Kristen. Bei längerem Kontakt mit Wasser kann die Haut allerdings aufweichen und Krankheitserreger durchbrechen die Schutzbarriere. „Dies geschieht unabhängig von der Qualität des Badewassers, denn diese Bakterien, Viren oder Pilze tragen wir stets in unserer natürlichen Hautflora. Erst durch die aufgeweichte Hautoberfläche haben sie die Möglichkeit, einzudringen.“ Nach dem Baden verbleibt häufig ein feuchtwarmes Milieu im äußeren Ohr – optimale Bedingungen, in welchen Erreger sich rasch vermehren können.

Im Ohr haben Wattestäbchen nichts zu suchen

Bei einer Reizung oder Verletzung der Gehörgangshaut steigt das Risiko für eine Entzündung. „Zum Beispiel eine unsachgemäße Reinigung der Gehörgänge oder die Verwendung von In-Ear-Kopfhörern tragen dazu bei“, so die HNO-Expertin. Insbesondere häufiger Gebrauch von Wattestäbchen trocknet die Gehörgangshaut aus und zerstört so die natürliche Hautbarriere. Ist der Gehörgang mit Ohrenschmalz gefüllt, soll das Material durch den Facharzt abgesaugt werden. „Keinesfalls darf der Gehörgang mit einem Wattestäbchen gereinigt werden, da so das Cerumen zusammengepresst und Wasser und Erreger somit regelrecht eingeschlossen werden.“ Eine erhöhte Anfälligkeit weisen Patienten mit Hauterkrankungen oder Diabetes mellitus auf. „Bei einem geschwächten Immunsystem und nicht intakter Hautbarriere können die Krankheitserreger leichter eindringen und Entzündungen verursachen“, sagt Kristen. Außerdem können sehr enge Gehörgänge rezidivierende Infektionen begünstigen.

Schmerzhaft, aber kein Notfall

Die Badeotitis betrifft das äußere Ohr bis hin zum Trommelfell. „Genau genommen handelt es sich dabei nicht um eine Ohrenentzündung, sondern vielmehr um eine Entzündung der Haut im Ohr“, erklärt Kristen. „Häufige Symptome sind eine Rötung oder Schwellung im Gehörgang, ein Verschlagenheitsgefühl sowie manchmal auch Sekretaustritt aus dem betroffenen Ohr. Außerdem typisch für eine Otitis externa sind Schmerzen bei Zug an der Ohrmuschel oder bei Druck auf den Tragus.“ Eine Badeotitis ist prinzipiell ungefährlich, kann jedoch sehr schmerzhaft ausfallen: „Im Gehörgang steht die Haut in direktem Kontakt mit dem Knochen, da man hier kein Unterhautfettgewebe hat. Die Schwellung reizt somit direkt die sensible Beinhaut.“ Auch wenn die Beschwerden stark sind, handelt es sich bei der Entzündung um keinen Notfall. Die Expertin rät: „Treten nach ausgiebigem Baden in der Nacht Ohrenscherzen auf, greift man am besten auf ein gängiges, entzündungshemmendes Schmerzmittel zurück und sucht am nächsten Tag einen Facharzt auf.“ Die Badeotitis dauert in der Regel eine Woche. „Nach drei bis sieben Tagen sollten die Beschwerden wieder abklingen“, weist die Medizinerin hin. „Wichtig ist dabei, die Ohren möglichst trocken zu halten, deshalb ist das Untertauchen beim Schwimmen oder auch das Haare waschen vorübergehend nicht erlaubt.“ Zeigen entzündungshemmende Schmerzmitteln und eine lokale Therapie mit antibiotischen Ohrentropfen nicht die entsprechende Wirkung, so sind in einigen Fällen wiederholte Gehörgangsräinigungen und die Einlage von mit Antibiotika getränkten Streifen notwendig.

So können Sie sich vor einer Badeotitis schützen

Menschen mit starker Ohrenschmalzproduktion empfiehlt die Expertin: „Lassen Sie sich regelmäßig und vor allem bereits vor der Badesaison Ihre Gehörgänge vom Facharzt reinigen“, so Kristen. „Es ist sicherer, dies unter Sicht zu machen, als womöglich zu Hause selbst mit diversen Gegenständen zu experimentieren – eine Verletzung des Trommelfells kann gravierende Folgen haben!“, warnt die HNO-Ärztin. Nach dem Duschen und Haarewaschen empfiehlt es sich, die Gehörgänge trocken zu föhnen. Dadurch wird im Ohr verbliebenes Wasser entfernt und einem Keimwachstum vorgebeugt. Nach einem ausgiebigen Badetag und insbesondere nach Tauchgängen ist außerdem die Anwendung von alkohol- und essighaltigen Ohrentropfen, zum Beispiel Normison, empfehlenswert – diese desinfizieren und lassen zurückgebliebenes Wasser verdunsten. Wassersportler und professionelle Schwimmer können sich durch das Tragen einer Schwimmotoplastik vor Entzündungen schützen.

Präventivmaßnahmen, um eine Badeotitis vorzubeugen:

- keine Reinigung mit Wattestäbchen
- Trocken föhnen der Gehörgänge nach dem Schwimmen oder Haare waschen

- Verwendung von Normison-Ohrentropfen nach ausgiebigen Badetagen
- Gehörgangreinigung beim HNO-Facharzt, vor allem bei erhöhter Anfälligkeit

Bilder und Statements:

Bild: KWG_Kristen_Victoria_Dr_HNO_Ambulanz_DSC9305.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: Dr. Victoria Kristen, Assistenzärztin an der Abteilung für Hals-, Nasen- und Ohrenerkrankungen, Klinikum Wels-Grieskirchen

„Der Gehörgang ist in der Regel durch eine Schicht aus Ohrenschmalz geschützt.“

„Durch eine durch Wasser aufgeweichte Hautoberfläche haben Bakterien, Viren oder Pilze die Möglichkeit, einzudringen.“

„Zum Beispiel durch eine unsachgemäße Reinigung der Gehörgänge oder die Verwendung von In-Ear-Kopfhörern steigt das Risiko für eine Entzündung.“

„Der Gehörgang darf nicht mit einem Wattestäbchen gereinigt werden, da so das Cerumen zusammengepresst wird und Wasser und Erreger somit regelrecht eingeschlossen sind.“

„Treten nach dem Baden in der Nacht Ohrenschmerzen auf, hilft ein gängiges, entzündungshemmendes Schmerzmittel. Suchen Sie am nächsten Tag einen Facharzt auf!“

„Lassen Sie sich regelmäßig und bereits vor der Badesaison Ihre Gehörgänge vom Facharzt reinigen.“

Abteilung für Hals-, Nasen- und Ohrenkrankheiten am Klinikum Wels-Grieskirchen

Als Schwerpunktkrankenhaus bietet das Klinikum das gesamte Spektrum der Diagnostik sowie der konservativen und operativen Therapie der Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde an. Zu den Schwerpunkten zählen zusätzlich die HNO-Onkologie, der Themenkreis Schnarchen und Schlafapnoe sowie Hörprobleme bei Kindern und implantierbare Hörlösungen. Unter der Leitung von Implantationsspezialist Primarius Dr. Thomas Keintzel werden am Klinikum Wels-Grieskirchen seit 2004 CI-Implantationen durchgeführt. Der Implantationsschwerpunkt am Klinikum ermöglicht es vielen Patienten mit einer Hörstörung, wieder aktiv am Leben in Gesellschaft teilzunehmen. Zum Erfolg des Implantationsprogramms zählen neben dem chirurgischen Know-how die Klinikum-Logopädie sowie eine gute Präimplantationsdiagnostik, die schon mit dem Hörscreening bei Neugeborenen beginnt. Nähere Informationen unter www.klinikum-wegr.at → Medizin und Pflege → Hals-, Nasen- und Ohrenkrankheiten

Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415 - 93772, Mobil: +43 699 1416 3772

E-Mail: kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at