

# Hals, Nase, Ohr: Vorsicht vor Erkältung und Infekt

Facharzt Dr. Hans Scheithauer nennt Tips & Therapien

VON ULRIKE REISCH

**D**er Hals kratzt, die Nase läuft, die Ohren schmerzen – während der Wintermonate ist die Gefahr für einen Infekt besonders groß. Zusammen mit dem Münchner Hals-Nasen-Ohren-Arzt Dr. Hans Scheithauer haben wir die wichtigsten Erkrankungen seines Fachgebiets und ihre Therapien zusammengefaßt.

**Schnupfen**, die Entzündung der Nasenschleimhaut, ist durch Viren verursacht. Die Nase sondert schleimiges Sekret ab und ist durch die angeschwollene Schleimhaut verstopft. Der akute Erkältungsschnupfen ist die häufigste Erkrankung überhaupt. Er wird durch Tröpfcheninfektion übertragen und oft von einem Infekt des Nasen-Rachen-Raums begleitet. „Ein Heilmittel dafür gibt es bis heute leider nicht“, sagt Dr. Hans Scheithauer. Inhalationen oder Spülungen mit Kochsalz erleichtern lediglich die Beschwerden. Vorsicht mit abschwellenden Nasentropfen: Mehr als zwei bis dreimal täglich und länger als maximal drei bis fünf Tage insgesamt sollte man sie nicht anwenden. „Sonst wird die Schleimhaut geschädigt, außerdem gewöhnt sich die Nase so daran, daß die betroffenen Patienten ohne Spray überhaupt keine Luft mehr bekommen“, warnt der HNO-Arzt. Manchmal eskaliert ein Schnupfen zur **Nasennebenhöhlenentzündung** (Sinusitis). Die Symptome sind Fieber, dumpfes Druckgefühl, pochende Kopfschmerzen, die sich beim Herabbeugen des Kopfes verschlimmern. Unbehandelt

kann die Infektion auf Hirnhaut und Gehirn übergreifen, deswegen sollte man beim geringsten Verdacht sofort zum Arzt. Der behandelt mit Dampfbädern, Rotlicht und oft einem Antibiotikum.

**Ohrenschmerzen** sind zur Selbsttherapie nicht geeignet. Ohne Untersuchung beim Arzt sollte man nicht einmal rezeptfreie Tropfen benutzen. Bei der **Ohrentzündung** (Otitis) können der Gehörgang, das Mittelohr oder das Innenohr betroffen sein. Die Otitis kann durch Bakterien oder Viren verursacht sein. Die häufigste Form ist die

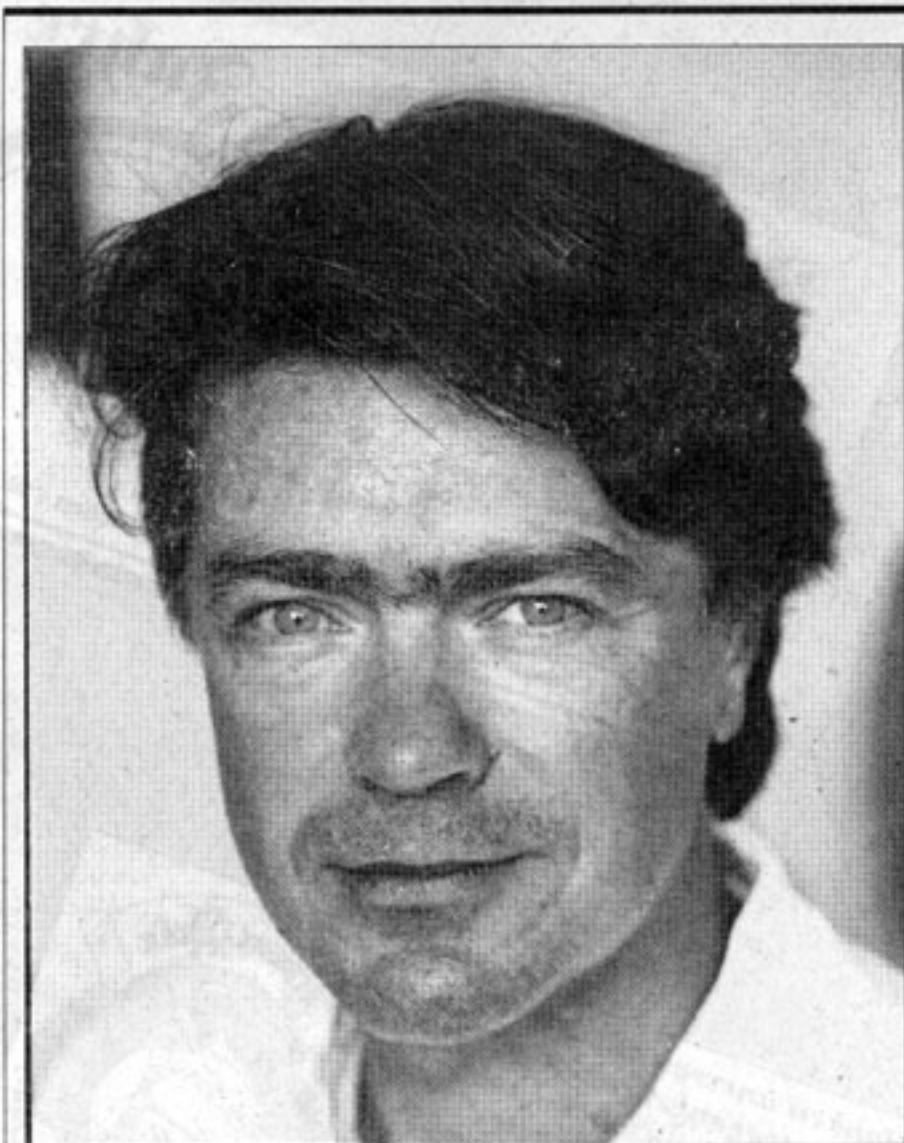
Mittelohrentzündung. Dabei besteht eine Infektion innerhalb der Paukenhöhle direkt hinter dem Trommelfell. Das Mittelohr ist über eine Röhre mit dem Nasen-Rachenraum verbunden, wodurch normalerweise Flüssigkeit abgeleitet wird. Ist dieser Raum bei einer Erkältung verstopft, sammeln sich Erreger und Schleim hinter dem Trommelfell. Unbehandelt drohen Platzen des Trommelfelles, Schwerhörigkeit oder ein ständiges Klingeln im Ohr (Tinnitus). „Wir behandeln mit Nasentropfen, homöopathischen Präparaten und in

schlimmeren Fällen auch mit einem Antibiotikum“, erklärt Dr. Hans Scheithauer.

Bei **Halsschmerzen** helfen im Anfangsstadium Lutschpastillen, Lösungen zum Gurgeln, Salbeitee und Halswickel. „Gehen die Beschwerden aber nach zwei Tagen nicht zurück, sollte man unbedingt einen Arzt aufsuchen“, sagt Dr. Hans Scheithauer. „Bei dicken Lymphknoten, Fieber und starken Schluckbeschwerden muß man sofort zum Arzt“. Oft hat sich dann schon eine **Mandelentzündung** entwickelt. Dabei schwellen die Mandeln, die leistungsfähigen Organe zur Immunabwehr, stark an, oft sind auch noch Eiter-Stippchen darauf zu erkennen. „Wenn Eiter im Spiel ist, gebe ich bei Erwachsenen eigentlich immer ein Antibiotikum“, erläutert Dr. Scheithauer. „Es ist nämlich möglich, daß eitrig Mandeln streuen und plötzlich Herzbeutel, Nieren oder Gelenke betroffen sind“. Wird eine Mandelentzündung verschleppt, kann auch ein Abszeß entstehen. Bei Patienten, die vier bis fünfmal pro Jahr unter einer Mandelentzündung leiden, rät der Facharzt zum Entfernen der Mandeln: „Wenn die Mandeln oft entzündet sind, ist das Gewebe ohnehin nicht mehr funktionsfähig.“ Die Operation erspart aber den Betroffenen die häufige Einnahme von Antibiotika. Der Eingriff ist unkompliziert, wird aber immer im Krankenhaus durchgeführt.

Eine **Kehlkopf- oder Stimmbandentzündung** bemerken Patienten sofort: Sie sind heiser und können nur mit Mühe sprechen. Hier ist die beste Therapie die Schonung der Stimme, also am besten gar nicht sprechen.

Und für die Behandlung aller Infektionen gilt: Ruhe ist die erste Bürgerspflicht, denn Schlafen macht am schnellsten wieder fit.



## Naturmediziner und HNO-Experte

**U**nsere Experte, Dr. Hans Scheithauer, ist 1956 in Ulm geboren. Er studierte an der LMU in München Medizin. Während seiner Assistenzzeit am Städtischen Krankenhaus Bogenhausen beschäftigte sich Scheithauer zuerst mit Anästhesie, bevor er sich am Schwabinger Krankenhaus

den Hals-Nasen-Ohren-Krankheiten zuwandte. Seit zwei Jahren ist Scheithauer niedergelassener HNO-Facharzt in München. Er hat zusätzlich eine Ausbildung für Naturheilkunde und für Chiropraktik. Scheithauer ist verheiratet und lebt mit seiner Frau in München.