OHRENSCHMERZEN

nach dem Baden ernst nehmen!

DR. MED.
DAVID REINHARDT

FACHARZT FÜR HALS-NASEN-
OHRENHEILKUNDE BAD WÖRISHOFEN

Bei diesen sommerlichen Temperaturen kommen Wasserratten derzeit endlich wieder voll auf ihre Kosten. Flüsse, Badeseen, Freibäder und auch das offene Meer während der Urlaubszeit bieten herrliche Abkühlung und Wasserspaß pur. Doch der Spaß kann empfindlich getrübt werden, deshalb ist Vorsicht geboten.

Was kann mit dem Ohr beim Baden passieren?

Mit dem Badewasser können Keime, in der Regel Bakterien, in den äußeren Gehörgang gelangen und dort eine mitunter sehr schmerzhafte Entzündung verursachen. Sogar Ohrmuschel, Trommelfell und Mittelohr können mit in das Entzündungsgeschehen involviert werden. Da hiervon häufig Schwimmer, Surfer und insbesondere auch Taucher betroffen sind, wird diese Gehörgangsentzündung auch als Bade-Otitis, Badeohr oder Taucherohr bezeichnet.

Diese Gehörgangsentzündung kann einseitig auftreten, aber auch beide Ohren betreffen. Sie macht sich durch Juckreiz, gelblichen Ausfluss und Schmerzen bemerkbar, die wenige Stunden nach dem Baden auftreten. Eine Schwellung und Rötung der äußeren Ohrmuschel ist als zusätzliches Alarmzeichen zu werten, denn hier hat die Entzündung bereits auf die Knorpelhaut der Ohrmuschel übergegriffen.

Das Gleiche gilt für eine Hörminderung oder Tinnitus, Schwindelbeschwerden, Fieber, sehr starke Schmerzen oder ein starkes allgemeines Krankheitsgefühl. In diesen Fällen sollte unbedingt ein HNO-Facharzt aufgesucht werden, um eine Mittelohrentzündung oder drohende Komplikationen rechtzeitig zu erkennen und adäquat zu behandeln.

Was sollte ich tun, wenn ich Ohrenschmerzen nach dem Baden bekomme?

Zunächst erfolgt beim HNO-Facharzt eine eingehende Untersuchung und Reinigung des Gehörgangs; diese Lokalpflege und das „Trockenlegen" des Gehörgangs sind außerordentlich wichtig, damit sich die Keime nicht weiter vermehren können. Manchmal ist es sogar erforderlich, dies über mehrere Tage hinweg zu wiederholen. Zusätzliche antiseptische Spülungen und Einlagen von abschwellenden Salbenstreifen können einen guten Effekt haben. Danach, beziehungsweise parallel, wird die Gehörgangsentzündung meist mit schmerzstillenden und entzündungshemmenden Medikamenten und mit antibiotischen Ohrentropfen behandelt.

Wenn die Ohrmuschel oder das Mittelohr beteiligt sind, wird oftmals zusätzlich eine antibiotische Therapie in Tablettenform oder als Infusion notwendig; zudem sollte bei jeder Mittelohrbeteiligung ein Hörtest erfolgen, um Schäden am Innenohr, also in der Hörschnecke, rechtzeitig zu erkennen.

In der Regel klingt die Entzündung dann nach wenigen Tagen ab und heilt vollständig aus.

Wie bekomme ich Wasser aus meinem Ohr wieder heraus?

Normalerweise ist es kein Problem, wenn beim Schwimmen, Tauchen oder Duschen Wasser in den äußeren Gehörgang gelangt. Wichtig ist, dass die Ohren nach diesem Wasserkontakt schnell wieder trocken sind. Dazu muss man den Kopf seitlich neigen und die Ohrmuschel nach hinten-oben ziehen, damit sich der Gehörgang begradigt und das Wasser herauslaufen kann. Sinnvoll ist es auch, die Ohrmuschel mit einem Handtuch gründlich abzutrocknen. Manchmal kann auch ein Fön helfen, mit dem man den Gehörgang vorsichtig „trockenlegt". Insbesondere für Taucher und Surfer sind auch pflegende, den Schutzfilm optimierende, Ohrentropfen zu empfehlen, die prophylaktisch eingesetzt werden können.

Mit diesen Tipps lässt sich wirkungsvoll einer Bade-Otitis vorbeugen

Keinesfalls sollte man vor oder nach dem Wasserkontakt mit Wattestäbchen in den Gehörgang eindringen. Dabei entstehen Mikroverletzungen im Schutzfilm und in der Gehörgangshaut, insbesondere dann, wenn die Haut durch den Wasserkontakt aufgeweicht ist, so dass die Entzündungserreger noch leichter unter die Haut gelangen können.

Auch eine prophylaktische Inspektion der Ohren kann gerade in den Sommermonaten Sinn machen, insbesondere vor einer geplanten Urlaubsreise. Ohrenschmalz-Reste können problemlos entfernt werden, so dass sich weniger leicht hartnäckige Wasserreste festsetzen. Vor Tauchgängen ist grundsätzlich eine HNO-Fachärztliche Untersuchung notwendig, damit keine gefährlichen Unfälle und Notfälle während des Tauchgangs auftreten. Hierzu kann Sie Ihr HNO-Facharzt genauestens beraten.

HNO Privatpraxis Dr. med. David Reinhardt | Bahnhofplatz 1 A | 86825 Bad Wörishofen | T 08247 906377 - 7 | F 08247 906377 - 8 | praxis@hno-dr-reinhardt.de | www.hno-dr-reinhardt.de