

## **Ohrenschmerzen – "Badeotitis"**

**Es ist Sommer - die Sonne scheint und wir Menschen suchen wieder die Nähe des Wassers - es locken die Badeseen und das Meer. Doch Vorsicht: Badewasser kann ins Ohr gelangen und dort eine schmerzhafteste Badeotitis auslösen.**

"Badeotitis", so heißt eine Entzündung des äußeren Gehörgangs die im Sommer gerade während der Badesaison gehäuft auftritt. Die schmerzhafteste Entzündung wird durch Keime - meistens durch Bakterien - verursacht, die mit dem Badewasser ins Ohr gelangen können. Bei Hals-Nasen-Ohren-Ärzten gilt die oft nach Baden in Freigewässern auftretende Infektion als typische Sommer-Erkrankung. Eine andere häufige Ursache für diese von Fachärzten als Otitis externa bezeichnete Entzündung des äußeren Gehörgangs ist eine übertriebene Ohrhygiene oder Verletzungen durch Wattestäbchen.

In dem feuchtwarmen Milieu des engen Gehörganges (Weg von der Ohrmuschel bis zum Trommelfell) herrschen optimale Bedingungen für das Wachstum von Pilzen und Bakterien. Schon nach wenigen Stunden kann sich das als Jucken oder Schmerz bemerkbar machen. Die beginnende Entzündung kann spontan abklingen, sich jedoch auch verschlimmern und zu einer schmerzhaften Mittelohrentzündung entwickeln.

Symptome einer Badeotitis können sein:

- Starke Schmerzen
- Druckgefühl
- Ausfluss und Juckreiz
- Anschwellen des Gehörgangs
- evtl. Höreinschränkung

Treten diese Symptome auf, sollte ein Arzt aufgesucht werden. Der Arzt kann nach eingehender Untersuchung und je nach Erreger eine örtliche Behandlung mit Antibiotika.

### **Mögliche Folge: Mittelohrentzündung**

Durch eine Keimverschleppung können die Erreger bis ins Mittelohr gelangen und dort eine Mittelohrentzündung verursachen. Die Mittelohrentzündung (Otitis media) ist eine - meist stark schmerzhafteste - Entzündung der Schleimhäute des Mittelohres, die oft mit einer Ergussbildung einhergeht. Sie äußert sich durch stechende Ohrenschmerzen, Verminderung des Hörvermögens, Fieber sowie ein "Klopfen" im Ohr. Schüttelfrost, Schwindel, Erbrechen, Hörverminderung oder ein schlechter Allgemeinzustand deuten ebenfalls auf eine Otitis media hin. In manchen Fällen platzt das Trommelfell und Blut und Eiter fließen aus dem Ohr.

### **Tipp für gesundes Baden**

Beim Schwimmen, Baden oder Duschen möglichst kann Wasser ins Ohr gelangen. Wichtig ist es dafür zu sorgen, dass das Ohr schnell wieder trocken wird. Neigen Sie dazu den Kopf zur Seite, so dass das Wasser herauslaufen kann.

## Mein spezieller Tipp: Professionelle Ohrenreinigung – Entzündungen vermeiden

Durch eine sanfte und konsequente Pflege der Gehörmuschel und des äußeren Gehörgangs können Erkrankungen in diesem Bereich wirksam vorgebeugt werden. Der natürlich entstehende „Ohrenschmalz“ ist ein idealer Nährboden für Keime, die Entzündungen im Ohr hervorrufen können. Es empfiehlt sich daher, die Ohren im äußeren Bereich regelmäßig zu reinigen. Hat sich einmal zu viel Ohrenschmalz angesammelt oder sogar verfestigt, ist es wichtig, zunächst für eine Lösung des Pfropfens durch ein aufweichendes Produkt (**z.B. Otitex**) zu sorgen. Anschließend wird das Ohr vorsichtig mit körperwarmem Wasser ausgespült und wieder sorgfältig abgetrocknet. Dadurch können schon vor dem Badevergnügen die Gefahren einer Ohrenentzündung vermindert werden.

## Otalgan® bei Ohrenschmerzen

Falls es doch zu einer Ohrenentzündung kommt hat sich **Otalgan®** seit vielen Jahren als wirkungsvolles Mittel bewährt. Gerade auf Urlaubsreisen, bei denen man häufig Wind und Wasser ausgesetzt ist, kann man so die Schmerzen schnell und gezielt bekämpfen

## Tipps zur richtigen Anwendung von Ohrentropfen

- Die Ohrentropfen sollten vor der Anwendung immer körperwarm sein (nicht direkt aus dem Kühlschrank anwenden – Flasche vor der Anwendung in der Hand erwärmen)
- Den Kopf in Seitenlage bringen und die empfohlene Tropfenzahl ins Ohr tropfen und einige Minuten in Seitenlage verharren
- Um die volle Wirkung zu erreichen, muss das Mittel bis zum Trommelfell vordringen. Das Ohr anschließend mit Watte abdecken



Qualitativ hochwertige Produkte, wie z.B. **Otalgan®** erhalten Sie rezeptfrei in Ihrer Apotheke - weitere Informationen im Internet unter [www.otalgan.de](http://www.otalgan.de)

Den passenden Live-Gesundheitstipp mit vielen praktischen Tipps zu diesem Thema finden Sie unter: [center.tv Köln: Gesundheitstipp](http://center.tv Köln: Gesundheitstipp)

**Ihre Jutta Doebel**