

Sommerhitze, Badespaß, Ohrentzündung?

GESUNDHEITSTIPP: Je höher die Temperaturen, desto größer die Gefahr / Wie man sich schützen kann

Je heißer der Sommer, desto größer ist das Risiko, eine akute Ohrentzündung zu erleiden. Beim akut aufgetretenen Ohrenschmerz in der Sommerzeit handelt es sich meistens um eine einseitige Entzündung des Gehörgangs, die teilweise sehr schmerzhaft verläuft.

Durch starkes Schwitzen kommt es zum Wärmestau und zur Feuchtigkeitsbildung im Gehörgang. Ein Schwimmbadbesuch oder das Baden im Meer bringen weitere Feuchtigkeit und eventuell Reizstoffe in den Gehörgang. Dieser ist ja im Grunde ein Tunnel, der nur an einer Stelle eine Belüftungsöffnung hat.

Wenn auch noch eine gehörige Menge Ohrschmalz im Gehörgang liegt, dann können sich die Keime (Bakterien oder auch Pilze) in diesem feuchten und schmierigen Milieu rasch vermehren. Sie wandern in die Haut und sorgen für eine Entzündung, es

kommt zu Schwellung und Schmerz. Das Ohr „läuft“ - gibt eine wässrige bis trüb-eitrig-flüssige Flüssigkeit ab.

Das Ohr schmerzt, wenn man zur Probe an der Ohrmuschel leicht zieht oder wenn man auf den Knorpel der Ohrmuschel am Gehörgangseingang drückt. In extremen Fällen schmerzt es schon beim Kauen und die Ohrmuschel sowie das umgebende Weichteilgewebe schwellen schmerzhaft an.

Bei jüngeren Kindern gilt allgemein: Häufig liegt doch, durch körperliche Erschöpfung begünstigt, eine Mittelohr- und keine Gehörgangsentzündung vor. Insbesondere auch bei Auftreten von Fieber bitte lieber den Arzt aufsuchen. Die ärztliche Diagnostik ist dann entscheidend für das weitere Vorgehen.

Die wesentliche auslösende Ursache ist aber eben leider die sommerliche Hitze. Wenn die Außentemperaturen mehrere Tage oberhalb von 25 bis 27 Grad Celsius liegen, steigt die Zahl der Erkrankten in den Arztpraxen deutlich an.

Zwecks Behandlung wird üblicherweise der Gehörgang vorsichtig durch Absaugen oder eine milde Spülung vom Arzt gereinigt. Danach wird je nach Befund eine Behandlung mit antibiotisch wirksamen und entzündungshemmenden Salben oder Tropfen durchgeführt. Manchmal werden Salbenstreifen in den Gehörgang eingelegt.

Im Sommer ist in vielen Fällen für wenige Tage die zusätzliche Einnahme schmerzlindernder Tabletten nötig. Anschließend erfolgt eventuell eine häusliche Weiterbehandlung durch den Patienten mit Ohrentropfen. In nur wenigen Fällen einer Gehörgangsentzündung ist eine antibiotische Therapie mit Tabletten nötig.



Die Lokalthherapie ist entscheidend. Insbesondere in den warmen Urlaubsländern ist dann die Not groß, wenn kein Fachmann zur Stelle ist.

Tipps zur Vorbeugung: Wer zu reichlich Ohrschmalzbildung neigt, sollte insbesondere vor dem Sommer-, Sonnen-, Tauch- oder Badeurlaub im Ausland eine gründliche Gehörgangssäuberung vornehmen lassen. Nach dem Bad oder Sport in der Hitze sollte der Gehörgang möglichst unter der Dusche mit Süßwasser ausgespült werden - danach durch Kopfschütteln versuchen, das Wasser heraus zu bringen und kurz mit dem Haartrockner ein wenig trocken föhnen. Ist das Ohr bereits gering schmerzhaft, so sollte die Hitze unbedingt gemieden werden und kein weiteres Wasser ins Ohr gelangen.

i Lesen Sie am Donnerstag im „Dialogforum Sport und Gesundheit“ einen Beitrag von Dr. med. Rudolf Ziegler



Der Autor Dr. med. Erich Konietzke ist Hals-, Nasen-, Ohrenarzt und Mitglied des Medizinischen Qualitätsnetzes Bergstraße