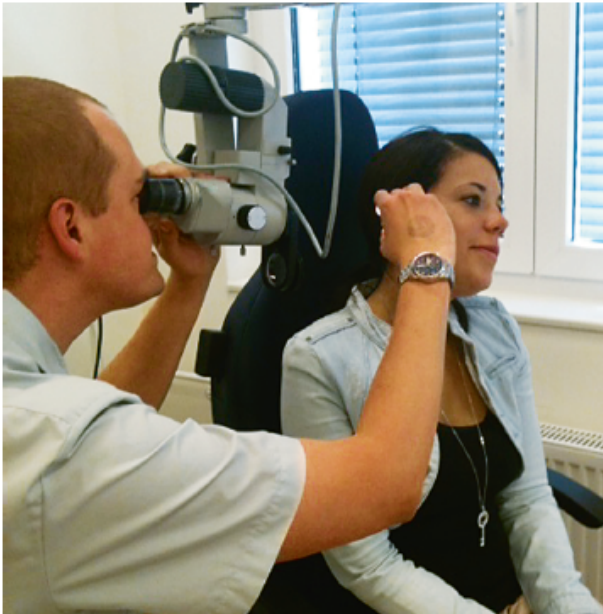


ICH HAB' OHRENSCHMALZ!? ABER HERR DOKTOR, ICH BENUTZE DOCH JEDEN TAG „OHRENSTÄBCHEN“!



Ich hab' Ohrenschmalz!? Aber Herr Doktor, ich benutze doch jeden Tag „Ohrenstäbchen“!

Heute möchte ich Ihnen ein nicht ganz so leckeres Thema nahebringen, bei dem immer noch viel falsch gemacht wird: Ohrenschmalz.

Was kann Ohrenschmalz? Was bringt er dem Körper?

Er ist das Produkt von Drüsen im äußeren Gehörgang, ist antibakteriell und dient zum Schutz der Haut und zum Entfernen von Dreck und Fremdkörpern. Er ist also mitnichten „Dreck“ oder unnützlich. Meist wird er automatisch mit der Gehörgangshaut heraus transportiert und lässt sich dann nach dem Duschen mit dem Handtuch in der Ohrmuschel wegwischen.

Der klassische Sonntags-„Notfall“ in der HNO-Sprechstunde.

Viele Patienten benutzen kleine Wattestäbchen (Q-Tips) um den Gehörgang zu reinigen. Das hat ihnen Mutter beigebracht, denn die Ohren sind ja „schmutzig“. Meist geht's gut, weil sich der Ohrenschmalz plattdrücken lässt und am Wattekopf des Stäbchens haftet. Leider hat der Kopf nahezu den gleichen Durchmesser wie der Gehörgang und es kann passieren, dass der Ohrenschmalz aufgekrempt und nach hinten geschoben wird.

In der Folge sammelt sich immer mehr Ohrenschmalz vor dem Trommelfell an. Dann geht es am Sonntag ab in die Wanne. Der Patient taucht den Kopf unter und „ertaubt“ plötzlich. Er sucht dann die Notaufnahme auf in der Annahme, er habe einen Hörsturz erlitten. Meist ist die Ursache schnell als aufgequollener Ohrenschmalz ausgemacht und in der darauffolgenden Woche beim HNO-Facharzt entfernt. Manchmal entzündet sich aber auch die aufgeweichte Haut unter dem aufgeweichten Ohrenschmalz und stärkste Schmerzen plagen den Patienten. Damit es gar nicht erst soweit kommt, habe ich ein paar Tipps für Sie:

Lieber Sesamöl als Wattestäbchen.

Auch wenn im Fernsehen regelmäßig das sehr teure Salzwasserspray (15 Euro für 0,1l, d.h. 150 Euro pro Liter!) eines Anbieters beworben wird: nehmen Sie lieber Pflanzenöl. Ihr Apotheker füllt Ihnen gerne hochwertiges Pflanzenöl, am besten Sesamöl (es geht auch Mandel- und notfalls auch Sonnenblumenöl), in eine Pipettenflasche. In der Apotheke im Medicinum ist dies als „Medicinum Ohrreinigungsoil“ für unter 5 Euro erhältlich. Kommerzielle Produkte wie z.B. Cerumenex sind auch zu empfehlen aber teurer.

Anwendung:

Legen Sie sich am Wochenende vor dem Duschen oder Baden auf die Seite und lassen Sie Ihren Partner oder Ihre Kinder eine halbe Pipette in den Gehörgang füllen. Ein paar Minuten einwirken lassen, auf der Gegenseite wiederholen, wegwischen und ab unter die Dusche. Der Ohrenschmalz weicht auf – die Gehörgangshaut nicht. Entweder kommt der Schmalz freiwillig heraus oder Sie verwenden einen:

Ohrenreiniger der Marke Maya

Bevor Sie zu Wattestäbchen greifen: nehmen Sie lieber einen Ohrreiniger aus Draht. Das ist zwar auch nicht optimal, weil man theoretisch das Trommelfell verletzen könnte, aber das Risiko für ein Zurückschieben wie beim Wattestäbchen ist zumindest geringer. Es handelt sich dabei um eine Drahtschleife mit Griff, die sehr flach ist, so dass man sie über dem Ohrenschmalz in Position bringen kann. Dann einfach absenken und vorsichtig am Gehörgangsboden oder -wand nach außen ziehen. Sie sollten einen Kontakt mit dem Trommelfell vermeiden, aber das ist eh sehr schmerzempfindlich. Wenn dann trotzdem Reste verbleiben:

Spülen beim Hausarzt? Absaugen beim Ohrenarzt!

Da man nie weiß, ob nicht doch irgendwo ein Loch im Trommelfell ist (meist nach Mittelohrentzündungen in der Kindheit verblieben), saugen HNO-Fachärzte ihnen unbekannte Ohren meist ab, da beim Spülen Ohrenschmalz und Wasser durch ein Loch im Trommelfell in das Mittelohr gespült werden und eine Entzündung auslösen können (ist der Patient bekannt und der Zustand des Trommelfells auch, so ist auch Spülen möglich).

Zudem kommen bei hartnäckigen Resten auch kleine Drahtösen zum Einsatz, die aber nur unter mikroskopischer Sicht angewandt werden, um Verletzungen zu vermeiden. Hier empfiehlt sich ebenfalls vorher das Aufweichen mit öligen Lösungen.



Jörg Dähn,
Facharzt für HNO-Heilkunde



HALS-NASEN-OHREN-HEILKUNDE

Dr. Frank-Peter Bauer, Dr. Morad Ilbagian,
Dr. Volker Zastrow, Jörg Dähn