



Ohrenschmerzen nach dem Baden → eine „Badeotitis“ – was tun?

Badeotitis (Otitis externa)

Als Badeotitis wird eine Entzündung des äusseren Gehörganges (Otitis externa, Bereich zwischen Ohrmuschel und Trommelfell) bezeichnet. Die Badeotitis ist eine schmerzhafteste Sache. Der Gehörgang schwillt an, das Ohr juckt und schmerzt, die Ohrmuschel schmerzt beim Berühren.

Krankheitsentstehung/Ursachen:

Normalerweise ist der Gehörgang durch eine natürliche Fettschicht, das Ohrschmalz, geschützt. Doch durch längeres Schwimmen und Tauchen, vor allem in chlorhaltigem Wasser, aber auch infolge kleiner Verletzungen z.B. durch unsachgemässe Ohrreinigung, kann die natürliche Schutzschicht angegriffen und aufgelöst werden. Dies hat zur Folge, dass die Haut jetzt anfälliger für Krankheitserreger wie Bakterien, Viren und Pilze ist. Eine angeborene Verengung des Gehörganges, ein geschwächtes Immunsystem (z.B. bei Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes mellitus), Hauterkrankungen oder Allergien, können ebenso das Entstehen einer Ohrenentzündung begünstigen.

Auslösende Faktoren sind:

- Längere Aufenthalte im Wasser, insbesondere chlorhaltiges Wasser
- Verletzungen der Haut durch unsachgemässe Ohrreinigung (Wattestäbchen) oder bei Kindern z.B. durch Einführen von kleinen Gegenständen

Symptome:

Bereits nach wenigen Stunden kommt es zu einem

- lästigen Juckreiz oder
- Ohrenschmerzen

Oft kommt es zu allgemeinen Symptomen einer Entzündung wie Rötung, Schwellung und (starken) Schmerzen. Weitere Symptome können sein:

- Druckgefühl
- Juckreiz und Ausfluss
- Anschwellen des Gehörganges
- Eventuell Hörminderung

Sofortmassnahmen:

Bestehen bereits Symptome, dann kontaktieren Sie ihren Homöopathen, um möglichst schnell mit einer homöopathischen Akutbehandlung zu beginnen.

→ Die Untersuchung des Ohrs mit Inspektion des Trommelfells (Otoskopie) durch den Homöopathen gehört dazu.

Sollte bei Ihnen eine gewisse Anfälligkeit bezüglich Badeotitis/Otitis media bestehen, empfehlen wir eine konstitutionelle Behandlung im Anschluss an die Akutbehandlung.

Vorbeugende Massnahmen:

- Vermeiden Sie das Schwimmen in schmutzigen Gewässern
- Spülen Sie nach dem Schwimmen die Ohren sanft mit Leitungswasser
- Trocknen Sie die Ohren nach dem Schwimmen/Tauchen immer sanft mit einem Handtuch



SHI Homöopathische Praxis

Steinhauserstrasse 51 • CH-6300 Zug

Tel. 041 748 21 71 • Fax 041 748 21 88

praxis@shi.ch • www.shi.ch

HAUS DER HOMÖOPATHIE

Achtung: Bitte verwenden Sie keine Wattestäbchen zum Trocknen oder Reinigen der Ohren! Die vom Wasser aufgeweichte Schutzschicht (Ohrschmalz) und Haut ist jetzt besonders verletzungsgefährdet. Ausserdem drückt das Wattestäbchen Krankheitserreger und/oder Ohrschmalz noch tiefer ins Ohr.

- Neigen Sie den Kopf zur Seite, so dass das Wasser herausfliessen kann (wenn möglich dabei zusätzlich auf einem Bein hüpfen)
- vermeiden Sie das Eindringen von Wasser ins Ohr mittels entsprechender Schwimmer-Ohrstöpsel (am besten speziell angefertigte Schwimmschutzpfropfen) → diese dichten gut ab und saugen kein Wasser auf
- schützen Sie ihre Ohren durch das Tragen einer Badehaube
- in Apotheken sind spezielle Tauchtropfen erhältlich (Gemisch von Essigsäure, Isopropanol und ein Öl-in-Wasser-Emulgator)
- ebenfalls in der Apotheke erhältlich sind pflegende, ölhaltige Ohrentropfen, die vor dem Schwimmen ins Ohr geträufelt eine natürliche Schutzschicht vor dem Wasser und Erregern bilden

Schulmedizinisches Vorgehen:

Nach Anamnese und Ohruntersuchung (Otoskopie) wird der Gehörgang gereinigt, ein Gehörgangabstrich und Erregerbestimmung vorgenommen, um eine gezielte antibiotische oder antimykotische (Antipilzbefall-) Lokalthherapie einzuleiten.

Komplikationen:

Unbehandelt oder durch Verschleppung der Keime kann es zu einer Erregerausbreitung ins Mittelohr und somit zu einer Mittelohrentzündung = **Otitis Media** kommen.