

Ohrenentzündung



Patienten-Ratgeber

 **INFECTOPHARM**
Wissen wirkt.

 **pädia**

Die Familienunternehmen InfectoPharm und Pädia gehören zu den führenden Herstellern von Medikamenten und Gesundheitsprodukten, insbesondere für Kinder. Für Groß und Klein entwickeln wir qualitativ hochwertige und innovative Präparate, um Ihnen die Therapie zu erleichtern und damit den Therapieerfolg zu verbessern.

Ärzte, Hebammen und Apotheker* vertrauen auf die Qualität und Wirksamkeit unserer Präparate und schätzen unsere langjährige Erfahrung. Darum wird auch das umfangreiche Angebot unserer leicht verständlichen Service- und Informationsmaterialien für Patienten gerne genutzt.

Wir freuen uns sehr, wenn wir auch Sie und Ihre Familie mit diesem Ratgeber in der gegenwärtigen Situation unterstützen können und wünschen gute Besserung!

Ihre



Familie Zöller

Liebe Patienten, liebe Eltern*,

Sie oder Ihr Kind leiden an einer Otitis externa, also einer Entzündung des äußeren Gehörgangs – oder haben häufig gereizte Ohren zum Beispiel durch längeren Wasserkontakt beim Schwimmen oder Tauchen.

Otitis externa ist eine häufige Erkrankung, an der durchschnittlich jeder 10. Mensch im Laufe seines Lebens einmal erkrankt. Am häufigsten betroffen sind Kinder zwischen 5 und 14 Jahren sowie Erwachsene ab 45 Jahren.

Da eine Otitis externa häufig nach dem Baden, Schwimmen oder Tauchen auftritt, bezeichnet man sie auch als „Schwimmbad-Otitis“ oder „Bade-Otitis“.

Wir möchten Ihnen mit dieser Broschüre hilfreiche Informationen über die Otitis externa zur Verfügung stellen. Sie erhalten wichtige Tipps, wie Sie sich oder Ihrem Kind helfen und mit welchen Maßnahmen Sie einem wiederholten Auftreten der Erkrankung vorbeugen können.

Ihr Team von InfectoPharm & Pädia



*Alle Leserinnen und Leser sind uns unabhängig von ihrem Geschlecht gleichermaßen wichtig und willkommen. Zur besseren Lesbarkeit verwenden wir in diesem Heft überwiegend nur eine Gender-Form. Wir danken für Ihr Verständnis.

Wie ist das Ohr aufgebaut?

Der äußere Gehörgang ist ca. 3,5cm lang und endet vor dem Trommelfell. Somit dient er unter anderem dem Schutz des Trommelfells vor äußeren Einflüssen oder Beschädigungen.

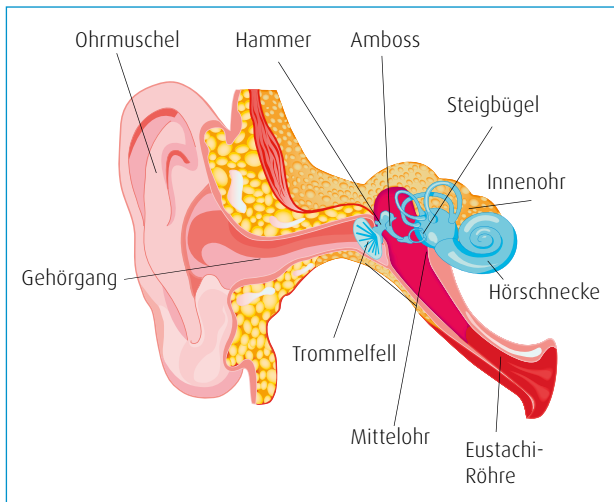
Im vorderen Teil des Gehörgangs befinden sich feine Härchen und Ohrenschmalzdrüsen. Die Haare verhindern das Eindringen von Fremdstoffen aus der Umgebung. Das Ohrenschmalz hat ebenfalls wichtige Schutzfunktionen: Es dient der Selbstreinigung des Gehörgangs und transportiert Schmutz nach außen. Außerdem ist es leicht sauer, wodurch das Wachstum von Bakterien und Pilzen gehemmt wird.

Was ist eine Otitis externa?

Bei der Otitis externa handelt es sich um eine Entzündung des äußeren Gehörgangs.

Dabei kann das Trommelfell mit betroffen sein, muss aber nicht. In einigen Fällen können auch beide Ohren gleichzeitig entzündet sein.

Für Betroffene ist die Otitis externa meist sehr schmerzhaft, da es sich um eine akute Entzündung handelt. Allerdings lässt sich die Krankheit bei frühzeitigem Erkennen gut behandeln und heilt in den allermeisten Fällen ohne Folgen aus.



Aufbau des Ohres

Ist eine Otitis externa eine Mittelohrentzündung?

Im Gegensatz zur Otitis externa ist bei der Otitis media („Mittelohrentzündung“) das Mittelohr der Ort der Erkrankung. Vor allem Kinder leiden häufig unter einer Otitis media, im Erwachsenenalter tritt die Otitis media nur sehr selten auf.

Da die Beschwerden bei beiden Krankheiten ähnlich sein können, empfiehlt es sich immer, einen Arzt aufzusuchen, um die richtige Therapie einzuleiten.

Welche Ursachen gibt es für die Otitis externa?

Eine Otitis externa tritt am häufigsten im Sommer auf. In den allermeisten Fällen sind Bakterien der Auslöser. Die Erreger lieben eine warme und feuchte Umgebung, da diese ein ideales Wachstum ermöglicht.

Wasser, das z. B. beim Schwimmen ins Ohr eindringt, fördert eine solche feuchte Umgebung. Zudem kann das Wasser den Säureschutzmantel der Haut im Ohr stören, was das Wachstum der Erreger weiter fördert.

Dementsprechend sind aktive Schwimmer von einer Otitis externa fünfmal häufiger betroffen als die restliche Bevölkerung. Besonders in ungechlorten Gewässern befinden sich Bakterien, die die Erkrankung verursachen können.

Auch die Behinderung des Ohrenschmalz-Abflusses begünstigt eine feuchte Umgebung und somit eine Entstehung der Otitis externa. Dies ist beispielsweise bei regelmäßigem Tragen von Ohrenstöpseln, In-Ohr-Kopfhörern oder Hörgeräten der Fall.

Das Reinigen des Gehörgangs mit Wattestäbchen kann die Entstehung einer Otitis externa ebenfalls begünstigen. Hierdurch werden die feinen Härchen beschädigt und die natürliche Selbstreinigung des Ohres gestört. Das Ohr trocknet aus, der Säureschutz geht verloren.



Schwimmen und Tauchen sind die Hauptursachen für eine Otitis externa

Welche Beschwerden treten auf?

Anfänglich zeigt sich die Otitis externa meist durch einen starken Juckreiz. Kurze Zeit später treten Ohrenscherzen auf. Diese werden beim Essen durch Kaubewegungen verstärkt. Zieht man am Ohrläppchen, verstärkt dies ebenfalls oft die Schmerzen.

Aus dem Ohr kann Flüssigkeit austreten. Auch kann das Ohr durch die Entzündung gerötet und geschwollen sein. Dies kann das Hörvermögen vorübergehend beeinträchtigen.

Seltener treten auch eine Schwellung der Lymphknoten im Bereich des Halses oder eine erhöhte Körpertemperatur auf.

Nach Abklingen der Otitis externa verschwinden die Beschwerden normalerweise wieder.

Welche Behandlungen gibt es?

Eine plötzlich auftretende Otitis externa heilt nur in ca. 15 % der Fälle ohne Therapie ab.

Daher ist – auch aufgrund der Schmerzen – eine Behandlung ratsam.

In jedem Fall empfiehlt sich eine gründliche Reinigung des Ohres. Diese sollte durch den HNO-Arzt durchgeführt werden, da sonst Verletzungen entstehen können, die die Erkrankung verschlimmern.

Vor allem das Ziehen am Ohr führt zur Verstärkung der Schmerzen



Welche Medikamente sind ratsam?

Da meist Bakterien Auslöser der Otitis externa sind, werden zur Behandlung oft antibakterielle Ohrentropfen oder -salben eingesetzt. Diese Behandlungsmethoden haben den Vorteil, dass sie direkt vor Ort wirken. Die Einnahme von Antibiotika kann somit oftmals vermieden werden.

Bei starker Entzündung des Gehörgangs kann durch eine Kombination von Antibiotikum und Kortison zusätzlich eine Linderung der Entzündung und somit der Schmerzen erreicht werden.

Ihr Arzt weiß am besten, was für Sie oder Ihr Kind in dieser Situation die effektivste Behandlung ist. Er wird Ihnen ein geeignetes Arzneimittel verschreiben. Ihr Arzt ist natürlich auch der richtige Ansprechpartner bei Fragen oder Unklarheiten!





Antibiotische Ohrentropfen werden bei Otitis externa oft verordnet

Wie wende ich Ohrentropfen richtig an?

Um die Anwendung von Ohrentropfen so angenehm wie möglich zu machen, empfiehlt sich folgendes Vorgehen:

1. Erwärmen Sie die Tropfen für einige Minuten in der Hand.
2. Sie oder Ihr Kind sollten sich auf die Seite legen, sodass das Ohr, in das die Tropfen gegeben werden sollen, nach oben zeigt.

3. Dann wird die entsprechende Anzahl an Tropfen ins Ohr gegeben.
4. Die Ohrmuschel sollte anschließend etwas bewegt werden und Sie oder Ihr Kind sollten weitere 5 Minuten liegen bleiben, damit sich die Tropfen im Ohr verteilen können.

Wie wende ich Ohrensalben richtig an?

1. Um dem Auftreten von Schwindel vorzubeugen, sollten Sie Ohrensalben, wie auch Ohrentropfen, vor der Anwendung am Gehörgang in der Hand etwas anwärmen.
2. Geben Sie eine kleine Menge der Ohrensalbe auf einen Finger und bringen Sie die Salbe so direkt in das Ohr ein. Auf Ohrenstäbchen sollte hierbei unbedingt verzichtet werden, um eine Schädigung des Trommelfells zu vermeiden.

Besonderheiten bei der Anwendung von Salben und Tropfen:

Bei Tropfen kann es sein, dass der HNO-Arzt einen Otowick oder eine Gehörgangstamponade einlegt. Bei Ohrensalben kann es sein, dass der Arzt einen mit Salbe getränkten Gazestreifen in den Gehörgang einlegt. Beide Fälle führen zu einer längeren Wirkstoffverfügbarkeit und unterstützen dadurch den Abheilungsprozess des betroffenen Gewebes.

Welche Möglichkeiten zur Unterstützung der Behandlung gibt es noch?

Während der Behandlung sollten Sie das betroffene Ohr besonders gut trocken halten. Dies kann zum Beispiel erreicht werden, indem die Haare nicht beim Baden oder Duschen, sondern separat gewaschen werden.

Anschließend sollten die Ohren gut getrocknet werden, um restliches Wasser zu entfernen. Das ist mit einem Fön auf niedrigster Stufe möglich.

Auch sollte während der Behandlung auf den Besuch von Schwimmbädern oder Badeseen verzichtet werden.

Da das Kauen von Nahrung meist schmerzhaft ist, können weiche Speisen, wie Suppen, die Nahrungsaufnahme erleichtern.



Wie kann man einer Otitis externa vorbeugen?

Das Baden und Tauchen in ungechlorten Gewässern birgt ein höheres Risiko, an einer Otitis externa zu erkranken, und sollte möglichst vermieden werden.

Speziell zum Baden gibt es Ohrenstöpsel mit einem wasserdichten Überzug, die das Eindringen von Flüssigkeiten verhindern. Alternativ kann eine Dusch- oder Badehaube getragen werden.

Falls dennoch Wasser in die Ohren gelangt, sollten diese möglichst bald gründlich getrocknet werden.

Die Reinigung der Ohren mit Wattestäbchen sollte unterlassen werden, da das Risiko von Verletzungen besteht. Vorbeugend kann jedoch eine regelmäßige Ohrreinigung durch Ihren HNO-Arzt sinnvoll sein.

Auf den regelmäßigen Gebrauch von In-Ohr-Kopfhörern sollte verzichtet werden. Besser geeignet sind Kopfhörer, die sich außerhalb der Ohren befinden.

Auch kann mit Ihrem Arzt besprochen werden, ob eine vorbeugende Behandlung sinnvoll ist. Vor allem bei Schwimmern und Tauchern kann die regelmäßige Anwendung von Ohrentropfen mit saurem pH-Wert helfen, die natürliche saure Umgebung im Gehörgang aufrechtzuerhalten.

Beim Schwimmen sollten die Ohren möglichst trocken gehalten werden

Das Wichtigste in Kürze

- > Otitis externa ist eine Entzündung des äußeren Gehörgangs
- > Häufigste Ursache ist der Schwimmbad- bzw. Badeseebesuch
- > Erkennbar ist die Erkrankung meist an den Ohrenscherzen, die durch Ziehen am Ohr läppchen verstärkt werden
- > Sie sollten bei den ersten Beschwerden einen Arzt aufsuchen, da er der beste Ansprechpartner für die Behandlung ist
- > Eine Therapie erfolgt häufig mit antibiotischen Ohrentropfen oder alternativ auch mit Ohrensäben
- > Während der Behandlung (und auch vorbeugend) sollten Sie die Ohren trocken halten bzw. nach dem Duschen/Baden gut abtrocknen
- > Es sollte auf den Gebrauch von Wattestäbchen zur Reinigung des Gehörgangs verzichtet werden

Fazit

Otitis externa ist eine häufige Erkrankung, die durch frühzeitige und gezielte Behandlung meist folgenlos ausheilt.

Zudem lässt sich ein wiederholtes Auftreten der Erkrankung durch die richtigen vorbeugenden Maßnahmen effektiv vermeiden.



Patienten-Ratgeber

Unsere Patienten-Ratgeber

- Leicht verständlich geschriebenes Wissen zu den unterschiedlichsten Erkrankungen und Themenbereichen
- Praktische Tipps für den täglichen Umgang mit häufigen Beschwerden
- Von erfahrenen Ärzten überprüft
- Wir haben auch fremdsprachige Ratgeber und Hörbücher im Angebot

All unsere informativen Ratgeber finden Sie online unter www.infectopharm.com/ratgeber oder ganz einfach durch Abscannen des QR-Codes

A8002032-04

Lippenherpes	Fieber	Aphthen	Aktinische Keratosen	Bindehautentzündung	Mund- und Windelsoor	Akne	Husten
Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber
Das Smith-Magenis-Syndrom (SMS)	Chronische Verstopfung	Kopfschmerzen	AD(H)S	Intervallfasten	Stillen	Asthma	Hand-Fuß-Mund-Krankheit
Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber
Handekzem	Das Smith-Magenis-Syndrom (SMS)	AD(H)S	Intervallfasten	Asthma	Hand-Fuß-Mund-Krankheit	Husten	AD(H)S
Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber
Durchfall	Anaphylaxie	Intervallfasten	Asthma	Hand-Fuß-Mund-Krankheit	Bettnässen	Scabies / Krätze	Frühgeborene
Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber	Patienten-Ratgeber

Praktische Tipps für sie und Ihr Kind

Mein Merktzettel für die Apotheke

Bildnachweise:

S. 5: snapgalleria / iStock/Getty Images Plus via Getty Images

S. 7: © Shutterstock

S. 8/9: © Fotolia

S. 10: JackF / iStock/Getty Images Plus via Getty Images

S. 12: FangXiaNuo / E+ via Getty Images

S. 15: Todor Tsvetkov / E+ via Getty Images



16

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit dieser Broschüre hilfreiche Tipps geben konnten, wie Sie für sich und Ihre Angehörigen bei Otitis externa die richtigen Maßnahmen ergreifen und einem erneuten Auftreten der Erkrankung vorbeugen können.

Falls Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder fragen Sie in Ihrer Apotheke.

Diese Broschüre wurde überreicht durch:

Praxis-/Apothekenstempel

Hinweis: Der Inhalt dieser Broschüre dient ausschließlich der Information und kann keinesfalls die ärztliche Beratung ersetzen. Bei speziellen Fragen suchen Sie bitte den Arzt auf.

InfectoPharm Arzneimittel und Consilium GmbH · Pädia GmbH
Von-Humboldt-Str. 1 · 64646 Heppenheim · www.infectopharm.de · www.paedia.de

 **INFECTOPHARM**
Wissen wirkt.

 **pädia**