Warum Wattestäbchen nichts im Ohr zu suchen haben

Von Danica Gröhlich

Viele ekeln sich davor und wollen ihn schnell beseitigen: Ohrenschmalz. So verschaffen Sie sich sanft Gehör.

Mit einem Wattestäbchen die Ohren reinigen? Das ist keine gute Idee. iStock

«Vorsicht: Nicht in den Gehörgang einführen!» Dieser Satz steht auf vielen Wattestäbchen-Packungen und gehört vermutlich zu den Warnhinweisen, die am häufigsten ignoriert werden. Nach dem Duschen noch schnell mit einem Q-tip, wie das Wattestäbchen auf Englisch genannt wird, das Ohr reinigen? Diesen Fehler begehen viele, doch sie können damit grossen Schaden anrichten. Warum Wattestäbchen im Ohr tabu sind, erklärt Dr. med. Mathias Henseler. Er ist Facharzt für Hals-, Nasen- und Ohrenkrankheiten und Oberarzt HNO am Kantonsspital Luzern.

Herr Dr. Henseler, braucht es Ohrenschmalz überhaupt?
Ja, Ohrenschmalz ist sehr wichtig für den Schutz des Ohres. Ohrenschmalz – in der Medizin auch Cerumen genannt – ist eine Zusammensetzung aus verschiedenen antibakteriellen Substanzen, Lysozymen genannt, welche insbesondere als Barriere für Krankheitserreger dienen. Zudem besteht Ohrenschmalz aus dem Sekret der Talgdrüsen und aus abgestossener Haut, Staub und Härchen.

Warum haben Wattestäbchen nichts im Ohr zu suchen?
Mit dem Wattestäbchen wird der Ohrenschmalz zusammengestossen und aufgeschichtet. Es entsteht eine unüberwindbare Barriere, welche verhindert, dass sich das Ohr selbst reinigen kann.

Dr. med. Mathias Henseler ist Facharzt für Hals-, Nasen- und Ohrenkrankheiten, speziell Hals- und Gesichtschirurgie am Luzerner Kantonsspital. zVg.

Was könnte noch passieren?
Es ist gut möglich, dass mit einem Wattestäbchen das Trommelfell verletzt wird. Zudem wird wie erwähnt die Selbstreinigung verhindert und Ohrenschmalz staut sich im Gehörgang an, was zu einem vollständigen Verschluss des Gehörganges –Ärzte sprechen von einem Cerumen obturans – oder einer Infektion im äusseren Gehörgang, einer sogenannten Gehörgangsentzündung, führen kann.

Wie soll man denn die Ohren richtig reinigen?
Eine direkte Ohrreinigung ist nicht nötig, da sich der Ohrenschmalz selbst nach aussen befördert. Man kann den Ohrenschmalz dann im Eingangsbereich des Gehörganges entfernen.

Taugen denn weitere Hilfsmittel zur Ohrreinigung, die im Handel angepriesen werden?
Tropfen, Ohrenkerzen und sonstige Geräte sind nicht zu empfehlen. Zudem sind diese Geräte oft sehr teuer und haben nur einen geringen Nutzen.

Und, wenn es doch einmal passiert: Wie bekommt man einen Schmalzpfropf weg?
Am besten lässt man sich das Ohr bei einer Verstopfung mit Hörminderung durch einen Facharzt mechanisch reinigen. Alternativ besteht die Möglichkeit, den Ohrenschmalz mittels Wasserspülung durch den Hausarzt entfernen zu lassen.

Wann soll man auf jeden Fall zum Arzt?
Das Ohr reinigen zu lassen ist wirklich nur nötig, wenn durch die Verstopfung des Gehörganges eine Hörminderung auftritt. Dann ist der Gehörgang komplett zu. Zudem sollte bei länger dauernden Ohrenschmerzen, Schwindel oder bei stinkendem Sekretfluss aus dem Ohr ebenfalls ein HNO-Spezialist aufgesucht werden

Es ist Ferienzeit, doch Fliegen kann für die Ohren schmerzhaft sein. Wie schaffen Passagiere den Druckausgleich und was können Eltern bei Babys oder Kleinkindern machen, damit diese nicht leiden?
Erwachsene können im Flugzeug den Druckausgleich während des Starts und der Landung selbst durchführen. Meist gelingt das schon durch Kaubewegungen, Schlucken oder herzhaftes Gähnen. Babys kann es dagegen helfen, wenn die Eltern den Schoppen beim Start und bei der Landung geben. Durch das Trinken wird der Druckausgleich durchgeführt. Denselben Effekt kann bei Kleinkindern etwa durch das Kauen von Kaugummi oder das regelmässige Trinken aus der Wasserflasche erzielt werden. Zudem gibt es im Fachhandel
«Sanohra Fly»-Ohrenstöpsel für Kinder und Erwachsene zum Fliegen. Diese können Schmerzen durch einen speziellen Druckmechanismus verringern.

Was kann im schlimmsten Fall beim Fliegen oder auch Tauchen passieren?
Beim Fliegen oder Tauchen kann es zu einem Barotrauma, also zu einer durch die schnelle Druckänderung herbeigeführte Verletzung des Ohres, kommen. Im schlimmsten Fall reisst das Trommelfell, was sich durch starke Schmerzen oder eine Blutung aus dem Gehörgang äussert. In diesem Falle ist unverzüglich ein Arzt aufzusuchen. Kurzzeitige Schmerzen, die weniger als eine Stunde dauern, benötigen bei normaler Hörfunktion keine zwingende Arztkonsultation.

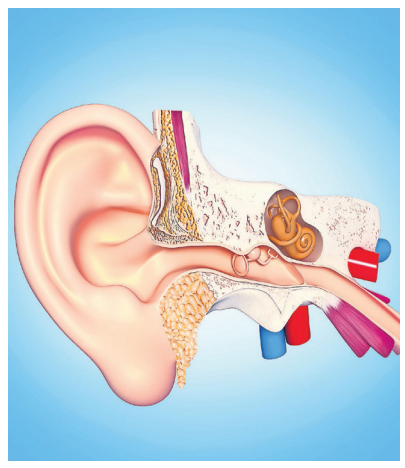
Und was ist zu tun, wenn das Trommelfell reisst?
Unbedingt Wasserkontakt meiden und bei einer Trommelfellverletzung zwingend einen HNO-Spezialisten aufsuchen. Dieser führt eine Ohrspiegelung, eine sogenannte Otoskopie, und einen Hörtest durch. In den meisten Fällen kann zugewartet werden. In seltenen Fällen muss sofort oder im weiteren Verlauf operiert werden und der Defekt des Trommelfelles mit körpereigener Muskelhaut verschlossen werden.

Wann sollten Urlauber besser nicht fliegen oder tauchen gehen?
Sollte eine akute Mittelohrentzündung oder ein Infekt der Nase oder Nasennebenhöhlen vorliegen, sollte insbesondere auf das Tauchen verzichtet werden. Fliegen kann nach Konsultation eines HNO-Spezialisten möglich sein, je nach Situation und Schwere der Erkrankung.

Wasser in den Ohren nach dem Schwimmen kann die Ferienfreude ebenfalls trüben. Was raten Sie da?
Patienten mit regelmässigen Ohrinfekten und -ekzemen empfehlen wir, das Ohr nach dem Baden mit Leitungswasser oder, in Ländern mit niedrigem Hygienestandard, mit stillem Mineralwasser auszuwaschen. Insbesondere sollte dies nach Kontakt mit Meerwasser gemacht werden. So können auch diese Touristen unbeschwert in den Ferien «abtauchen».

Empfindliches Trommelfell

Das Trommelfell ist eine milchig-durchsichtige Membran, die sich über das hintere Ende des Gehörgangs spannt und ihn so gegen das Mittelohr abgrenzt. Es ist nur 0,1 Millimeter dünn und hat einen Durchmesser von knapp einem Zentimeter. Das Trommelfell schützt davor, dass Fremdkörper wie Wasser oder Bakterien ins Ohr eindringen. Aber auch für das Hören ist das Trommelfell wichtig: Die elastische Membran fängt die Schallwellen auf, gerät durch sie in Schwingung und gibt die akustischen Signale so an seiner Innenseite an die Gehörknöchelchen des Mittelohrs weiter. Das Trommelfell kann schnell beschädigt werden: Etwa, wenn ein Wattestäbchen oder ein spitzer Gegenstand beim Reinigen zu tief ins Ohr eindringt. Öfter aber wird es durch plötzliche Luftdruckänderungen verletzt wie bei Start und Landung eines Flugzeugs oder beim raschen Auf- und Abtauchen im Wasser. Denn hinter dem Trommelfell befindet sich ein mit Luft gefüllter Hohlraum. Verändert sich der Luftdruck in der Umgebung, passt sich der Innendruck normalerweise von selbst über die sogenannte Ohrtrompete oder Tube an, einem feinen Verbindungskanal zwischen Mittelohr und Rachen. Für den Druckausgleich müssen wir manchmal nachhelfen, indem wir schlucken oder kauen. Gelingt das nicht, weil die Tuben bei einer Erkältung zugeschwollen sind, wird das Trommelfell in Richtung Mittelohr gesaugt, das feine Häutchen kann einreissen.



Einblick ins Ohr mit dem Trommelfell. iStock

Anzeige

gesundheitheute
wohldosiert informiert

Lust hat kein Ablaufdatum

Dr. Jeanne Fürst

Die Sendung ermöglichen: Universitätsklinik Balgrist, Interpharma, TopPharm, Institut Straumann, Viollier

gesundheitheute nimmt sich eines Themas an, über das man häufig nicht zu reden wagt - Sexualität im Alter. Hat die Sexualität ein „Ablaufdatum“ und ist Sexualität in der zweiten Lebenshälfte ein Problem?
Nach 50 beginnt sich die Sexualität zu wandeln. Man könnte sagen - die Zeit für den „besten Sex des Lebens“ ist gekommen. Stimmt das? **Dr. Jeanne Fürst,** spricht darüber mit Aerzten, Buchautoren, einer Psychologin und einer Sexpertin.

Schweizer Fernsehen
Samstag, 14. Juli 2018 - 18.10 Uhr

SRF 1

Zweitausstrahlung auf SRF 1 Sonntag, 15. Juli 2018, 9.30 Uhr
Weitere Informationen auf www.gesundheit-heute.ch