

OHREN

Stöpsel ins Ohr – wie es richtig geht

Einfache Schaumstoffstöpsel können möglichen Schädigungen durch Lärm in der Umgebung vorbeugen – wenn man sie richtig verwendet. Der Schaumstoffstöpsel sollte zwischen Daumen und Zeigefinger so dünn zusammengerollt werden, dass er einfach in das Ohr eingeführt werden kann. Das sollte möglichst rasch geschehen, da sich der Schaumstoff sofort wieder zu entfallen beginnt. Beim Einsetzen sollte mit der freien Hand die obere Spitze der Ohrmuschel etwas nach oben gezogen werden. So wird der Gehörgang leicht gedehnt und begradigt sich. Der Stöpsel sollte mit dem Finger möglichst tief im Gehörgang platziert werden. Erst nach etwa 30 bis 60 Sekunden hat sich der Schaumstoff entfaltet, sodass der Stöpsel nicht mehr verrutschen oder herausfallen kann.



www.bgeitem.de

Weg mit den Wattestäbchen: Sanfte Hygiene für die Ohren

Das Gehör ist im Dauereinsatz wie kein anderer Sinn. Es warnt vor Gefahren, beeinflusst Gefühle und ist wesentlich für die Kommunikation. Umso wichtiger ist es, das sensible Hörorgan zu schützen. Dazu gehört auch die richtige Ohrhygiene. Hier lautet die oberste Regel, Behutsamkeit walten zu lassen: Keinesfalls sollte man mit Wattestäbchen im Gehörgang herumrühren oder gar stochern. Zum einen können die Teile die zarte Haut des Gehörgangs schädigen, was oft schmerzhafte Entzündungen und Ekzeme nach sich zieht. Zum anderen wird auch das empfindliche Trommelfell selbst schnell gereizt oder sogar verletzt. Vor allem aber gilt bei Wattestäbchen die 80/20-Regel zur Warnung. Demnach sieht man nach der Verwendung nur 20 Prozent des Ohrschmalzes (Cerumen) auf dem Wattekopf, sobald er herausgezogen wird – 80 Prozent hingegen werden nur tiefer ins Ohr hineingeschoben. Das kann dazu führen, dass Ohrschmalz eintrocknet, verhärtet und einen festen Pfropf bildet. Dieser haftet am Trommelfell, übt Druck aus oder „klappert“ hin und her. Teilweiser Hörverlust, Schwindel oder Summen in den Ohren sind typische Folgen. Ohrhygiene funktioniert auch anders und deutlich schonender: Zur Reinigung und Pflege eignet sich beispielsweise ein Ohrenspray aus der Apotheke. Ohrenspray unterstützt die Aufweichung und sanfte Entfernung von Ohrschmalz.



Foto: djid/Vavoo Ohrenspray/Getty Images/fitzbes

Allerdings sollte man auch bei sorgfältiger Hygiene regelmäßig zur Gehörgangskontrolle zum HNO-Arzt gehen – besonders, wenn sich Symptome wie Druckgefühl oder Ohrgeräusche bemerkbar machen. Der Experte kann dann etwaige Pfropfen mit einem kleinen Saugröhrchen oder Häkchen vorsichtig entfernen. Wer seine Ohren gut pflegt und zudem übermäßigen Lärm vermeidet, hat gute Voraussetzungen für ein lang anhaltend scharfes Gehör.

„Ludwig van Beethovens Ohrkrankheit ist heute operabel“

Während der berühmte Komponist durch sie ertaubte, ist die **KRANKHEIT OTOSKLEROSE** heute behandelbar. Prof. Andreas Dietz, Direktor der HNO-Klinik am Universitätsklinikum Leipzig, steht Rede und Antwort.



BEI DER OTOSKLEROSE kommt es zur allmählichen Ertaubung – eine Herausforderung für Betroffene. Denn erst im fortgeschrittenen Stadium kann operiert werden.

Foto: Helen Ahmad/dpa-mag

Dass gerade einer der virtuosesten Komponisten der Musikgeschichte auf beiden Ohren ertaubte, war wirklich großes Pech – auch weil er in einer Zeit lebte, in der seine Erkrankung, die Otosklerose, noch nicht behandelbar war. Inzwischen ist das anders. Prof. Andreas Dietz, Direktor der Hals-, Nasen-, Ohren-(HNO)-Klinik am Universitätsklinikum und Spezialist für HNO-Chirurgie, spricht über die Ohrkrankheit und ihre Behandlungsmöglichkeiten.



Die Prothese kann die Schwerhörigkeit komplett beseitigen.

Prof. Dietz, was genau ist Otosklerose?

Sklerose heißt im weitesten Sinne Verknöcherung. Bei dieser Erkrankung verknöchert ein Teil der Gehörknöchelchen. In 95 Prozent aller Fälle wächst dann die Fußplatte des Steigbügels fest. Das Gehörknöchelchen kann in Folge dessen nicht mehr schwingen. Dadurch kann der Schall vom Trommelfell nicht mehr richtig ins Innenohr geleitet werden. Dafür gibt es aber zum Glück erfolgversprechende Behandlungsmethoden.

Seit wann ist die Krankheit bekannt?

Die ersten Beschreibungen gehen auf den italienischen Arzt Antonio Valsalva im Jahre 1740 zurück im Jahre. Im 19. Jahrhundert versuchten sich viele Mediziner daran eine geeignete Operationstechnik zu entwickeln. Unter den Otosklerose-Er-

krankten ist der prominenteste Vertreter Ludwig van Beethoven. Wäre er doch nur 200 Jahre später geboren! Denn heute ist die Ohrkrankheit operabel.

Wer kann Otosklerose bekommen und wie oft kommt die Erkrankung vor?

Es kommt gar nicht so selten vor. Von 100 000 Menschen erkranken zwischen einer und 100 Personen. Frauen sind etwa doppelt so häufig betroffen wie Männer. Es gibt verschiedene Auslöser: Östrogene spielen eine Rolle, die Pille gilt als bekannter Trigger, ebenso wie eine Erkrankung an Masern. Es wird auch diskutiert, ob Vererbung eine Ursache sein könnte, da es zu familiären Häufungen kommt. Schwangerschaften können zu einem schwereren Krankheitsverlauf führen. Die schleichende Verknöcherung kann sich durch sie beschleunigen.

Wie merken Betroffene, dass sie erkrankt sind?

Es kommt zur Schwerhörigkeit, die sich schleichend verschlimmert. Anders als bei Trommelfell-Schwerhörigkeit verliert das Ohr erst die Fähigkeit, mittlere Frequenzen zu hören. Dazu zählen auch die Sprechfrequenzen. Wie so oft merkt zuerst das Umfeld, dass Betroffene an Schwerhörigkeit leiden, wenn sie zum Beispiel den Fernseher viel zu laut stellen oder wenn sie bei Gesprächen häufig nachfragen müs-

sen was ihr Gegenüber gesagt hat. Spätestens dann sollte der HNO-Arzt aufgesucht werden.

Wie kann der HNO-Arzt die Krankheit feststellen?

Es wird ein Hörtest gemacht. Falls eine fortgeschrittene Otosklerose vorliegt, werden die Ergebnisse für das Trommelfell unauffällig sein, nicht jedoch die Messwerte für die Schalleitung der Gehörknöchelchen. Diese ist bei positivem Befund gestört, da der Steigbügel nicht mehr schwingt. Auch ein Gleichgewichtstest kann Aufschluss geben.

Sie haben erwähnt, dass die Krankheit operabel sei. Wie genau sieht die Behandlung aus?

Es wird ein Implantat eingesetzt, das die Schwingung des verknöcherten Steigbügels übernimmt. Konkret heißt das: Es ist möglich, den Eingriff in Vollnarkose durchzuführen. Oder das



Foto: CC BY-SA 3.0

STAPESPROTHESEN („Piston“) sind wenige Millimeter groß, ersetzen den verknöcherten Steigbügel und übertragen Schall ins Innenohr.

Ohr wird lokal betäubt. Dann wird das Trommelfell teilweise abgelöst und zur Seite geklappt. Anschließend wird der Steigbügel entfernt und an dessen Fußplatte ein circa vier Millimeter großes Loch gebohrt. Dahinein setzt die Chirurgin oder der Chirurg die Prothese. Etabliert hat sich inzwischen die Stapesprothese aus Titan, auch Piston genannt. Im Falle einer lokalen Anästhesie kann noch im OP-Saal überprüft werden, ob die Operation erfolgreich war, denn die Patientin oder der Patient kann sofort wieder hören. Eine richtig eingesetzte Prothese kann die Schwerhörigkeit komplett beseitigen.

Kann jeder HNO-Arzt den Eingriff vornehmen?

Entscheidend für den Erfolg ist, die Operation von einem erfahrenen Ohr-Chirurgen durchführen zu lassen. Denn der Eingriff ist sehr anspruchsvoll. Darum wird er außerdem erst vorgenommen, wenn die Schalleitungsschwerhörigkeit mindestens 30 Dezibel aufweist. Dann steht der Effekt einer Operation im guten Verhältnis zu den Risiken, die sie mit sich bringen kann. Bei einem Prozent der Patienten kann es nach dem Eingriff zu Nebenwirkungen kommen, wie etwa Schwindel oder schlimmstenfalls Ertauben. Dann muss die Prothese im Zweifelsfall sofort wieder herausgenommen werden.

Was ist Otosklerose und warum macht sie schwerhörig?

Die Otosklerose ist eine Erkrankung des Knochens, in dem sich das Innenohr befindet, des knöchernen Labyrinths. Hierbei kommt es zu krankhaften Umbauprozessen, in deren Folge der normalerweise locker schwingende Steigbügel fixiert wird. Dadurch kommt es zu einem

Verlust an Schallenergie bei der Übertragung vom Trommelfell zum Innenohr hin. Die Otosklerose äußert sich als Schwerhörigkeit, die im Laufe der Zeit zunimmt. Die genaue Ursache für die Otosklerose ist bislang noch unklar, sie ist aber vererbbar. Frauen sind häufiger betroffen als Männer

(im Verhältnis von 60 zu 40). Öfters ist nach einer Schwangerschaft ein schubweiser Hörverlust zu beobachten. Es werden zwar mehrere Faktoren diskutiert, jedoch konnte noch keine definitive Ursache erkannt werden. Im weiteren Verlauf der Erkrankung kann auch das eigentliche Hörorgan, die

Cochlea (Schnecke) betroffen sein. Dies kann zum Tinnitus führen. Die operative Therapie ist die Stapedotomie. Eine Verbesserung des Hörvermögens ist in circa 90 Prozent der Fälle möglich.

Quelle: klinikum.uni-heidelberg.de

IMPRESSUM – GESUNDHEIT

Anzeigen-Spezial der Leipziger Volkszeitung

Verlag und Herstellung: Leipziger Verlags- und Druckereigesellschaft mbH & Co. KG, Peterssteinweg 19, 04107 Leipzig

Druck: MZ Druckereigesellschaft mbH, Fiete-Schulze-Straße 3, 06116 Halle/Saale

Verantwortlich für Anzeigen: Björn Steigert, Thomas Jochemko

Verkaufsleitung: Oliver Vetter

Verantwortlich im Sinne des Presserechts: Hannah Suppa

Redaktion/Produktion: Juliane Groh (verantwortl.), Pauline Szytowski | Grafiken: Marius Ludwig

Kontakt: redaktion@leipzig-media.de

Content: Deutsche Presse-Agentur (dpa), djid, ots, BG Etem

Titelbild: New Africa/stock.adobe.com