

MITTELOHR- ENTZÜNDUNG

Mittelohrentzündung ist qualvoll und trifft oft schon die Kleinsten. Nicht immer ist sofort ein Arzt zur Stelle und man kann schon wertvolle Maßnahmen ergreifen, bis fachkundige Hilfe kommt.

Freitag abend – endlich – und es wartet ein entspanntes Wochenende mit der Familie. Doch ehe man noch all die Pläne im Kopf ordnen kann, wird ein Strich durch die Rechnung gemacht: Der Jüngste kommt mit hochrotem Kopf und glasigen Augen aus dem Zimmer. Das Ohr tut ihm weh. Wieder einmal. Ist das schon wieder eine Mittelohrentzündung? Nun die Dritte in diesem Jahr? Wieder gibt es Antibiotika? Wieder mit Bauchweh und Durchfall? Mittelohrentzündungen, überhaupt wiederkehrende, sind wahrlich ein Problem in der

Von Dr. phil. Doris Steiner-Ehrenberger

bis zu Ausweitung der Entzündung ins Innenohr und ins Gleichgewichtsorgan, weiter zu den Hohlräumen des Felsenbeins, selten bis ins Gehirn (Meningitis). Unbehandelt kann die Mittelohrentzündung chronisch werden und ein Loch im Trommelfell verursachen.

GEFAHR: GESCHWOLLENE SCHLEIMHÄUTE

Bei der akuten Mittelohrentzündung ist die Schleimhaut im Mittelohr durch Bakterien oder Viren entzündet. Meist setzen sich häufig einfach nur durch Viren ausgelöste Infektionen (Erkältungen) aus dem Nasen- und Nasenrachenbereich über die Ohrtrompete fort. Schwillt die Schleimhaut der Ohrtrompete an, wird diese verschlossen und bietet eine Brutstätte für sich vermehrende Erreger. Eine virale Mittelohrentzündung wird schulmedizinisch mit Wärme (Wärmflasche, Rotlicht), abschwellenden Nasentropfen und schmerzstillenden Medikamenten behandelt.

Viren lassen sich durch Antibiotika nicht beeindrucken, daher werden sie bei viralen Infekten nicht eingesetzt. Sie werden nur dann verordnet, wenn die Entzündung von Bakterien ausgelöst wird oder wenn sich durch geschwächte Abwehr zur viralen Infektion eine bakterielle Sekundärinfektion zusätzlich entwickelt hat oder zu

entwickeln droht. Immer wenn Eiter auftritt, kann man davon ausgehen.

Häufige Ursachen für eine erhöhte Anfälligkeit für Mittelohrentzündungen sind vergrößerte Rachenmandeln, chronische Nasennebenhöhlenentzündungen und Funktionsstörungen der Ohrtrompete.

ERSTE HILFE: KOLLOIDALES ZINK UND KOLLOIDALES SILBER

Dass eine Mittelohrentzündung ein Fall für den Arzt ist, versteht sich von selbst. Dennoch kann man "Erste Hilfe"-Maßnahmen setzen, die oft bis zum Arztbesuch großen Nutzen bringen. So kann man sich die abschwellende und entzündungshemmende Wirkung von kolloidalem Zink sowie die antiseptische Wirkung von kolloidalem Silber zunutze machen. Man tropft in zehnmütigem Abstand einmal *kolloidales Zink* und einmal *kolloidales Silber* ins betroffene Ohr. Jeweils ein paar Tropfen bzw. einen Sprühstoß. Öfters wiederholen.

Der Arztbesuch ist ausdrücklich dennoch notwendig, selbst wenn die Entzündung schon zurückgegangen ist. Es muss das Ausmaß der Erkrankung festgestellt werden. Sollten Antibiotika wirklich notwendig sein, gibt man dazu *Lactobac Darmbakterien* (Kapsel aufmachen und wo hineinmischen), da Antibiotika auch die Darmflora zerstören und häufig für Durchfall sorgen, der sich so mildern oder ganz vermeiden lässt.

WAS SONST NOCH UNTERSTÜTZT

Sollte gleichzeitig Schnupfen vorliegen, auch am Nasenrücken abwechselnd *kolloidales Zink* und *kolloidales Silber* in zehnmütigem Abstand aufbringen. Die pflanzliche Schwefelverbindung *MSM* kann zusätzlich helfen. *MSM* wirkt entzündungshemmend und abschwellend, schmeckt aber bitter, wenn man die Kapseln aufmacht. *Tulsi Tee* und *Sternanis* wirken gegen die Erkältung insgesamt, da sie antiviral und zugleich antibakteriell wirken.

Ab der Volksschulzeit erlauben wachstumsbedingte, anatomische Veränderungen eine allmählich bessere Belüftung des Mittelohrs. Daher verschwindet die Anfälligkeit für Mittelohrentzündungen mit dem Älterwerden oft ganz von selbst. *J*



Kinderheilkunde und nicht immer ganz ungefährlich, können doch Folgeschäden auftreten, mit denen man so nicht gerechnet hat. Sie reichen von schlechterem Hören – das kann in seltenen Fällen allerdings auch eine unerwünschte Nebenwirkung eines Antibiotikums sein – über Schwindel, Ohrgeräusche,

