



Experten beantworten die wichtigsten Fragen

? Wie kommt es zu einer Entzündung der Nasennebenhöhlen?

Die Nasennebenhöhlen sind normalerweise gut belüftet. Bei einem Schnupfen wird der Sekretabfluss durch die Schwellung der Schleimhäute behindert. Das Sekret kann nicht mehr abfließen, Bakterien können sich vermehren und es kommt zu einer Entzündung (Sinusitis).

? Was sind die Symptome?

Typisch sind dumpfe Schmerzen unter den Augen, über der Stirn oder der Nasenwurzel. Beugt man sich nach vorn, verstärkt sich der Schmerz. Außerdem fällt die Nasenatmung schwer, das Sekret kann eitrig sein.

? Wie wird die Diagnose gestellt?

Mithilfe eines Endoskops lassen sich Nasenhöhle und Eingänge der Nebenhöhlen untersuchen. Auch Ultraschall wird eingesetzt. Bei schweren oder chronischen Verläufen werden bildgebende Verfahren wie die Computer- oder

Volumentomografie angewendet. Letztere ist die modernste Form: „Sie ermöglicht dreidimensionale Darstellungen der Nebenhöhlen bei deutlich reduzierter Strahlenbelastung“, so Dr. Dr. Rainer Broicher, HNO-Facharzt aus Köln und

▲ DIAGNOSE

Die Nebenhöhlen werden vom HNO-Arzt genau untersucht

Mitglied des Ärztenetzwerks HNO-net NRW. Die Volumentomografie wird von den Kassen nicht bezahlt (ab ca. 160 €).

? Wie sieht die Behandlung aus?

Hilfe bringen abschwellende Nasensprays, Rotlicht und Schleimlöser (z. B. „GeloMyrtol“ oder „Soledum“, Apotheke). Eine Alternative sind homöopathische Kombi-Arzneimittel, die u. a. Sonnenhut enthalten (z. B. „Sinusitis Hevert“, Apotheke). Sie wirken entzündungshemmend und regen die

◀ NATÜRLICHE HILFE

Die Extrakte des Sonnenhuts regen die Selbstheilungskräfte des Körpers an

Selbstheilung an. Begleitend sollte man mit einem Kamilleaufguss inhalieren. Ein Antibiotikum muss nur verordnet werden, wenn zusätzlich Bakterien im Spiel sind.

? Wann wird die Entzündung chronisch?

Wenn sie länger als acht Wochen besteht oder akute Beschwerden viermal jährlich oder noch häufiger auftreten. Begünstigt wird eine chronische Entzündung durch Engstellen wie bei einer Nasenscheidewand-Verkrüm-

mung oder Schleimhautwucherungen, den Polypen.

? Muss dann operiert werden?

In der Regel schon. Aber dafür sind keine Schnitte im Gesicht mehr nötig. Stattdessen werden einengende Knochen und Schleimhautareale über die Nasenlöcher mit feinen Instrumenten entfernt (Kasse zahlt). Oder es wird ein Ballonkatheter in die Nebenhöhlen eingeführt, der die Gänge dehnt (ca. 1000 €, Kassen zahlen nicht).

INFO ZUM THEMA

Beste Vorbeugung: Jetzt die Abwehr stärken!

● Husten, Schnupfen, Heiserkeit: Unsere Nasennebenhöhlen sind vor allem dann anfällig, wenn wir unter einer Erkältung leiden. Umso wichtiger ist es in Herbst und Winter, das Immunsystem zu stärken. So wie dieser Star:

► VERONICA FERRES

Die Schauspielerin (45)

führt ein gesundes Leben und vermeidet auf diese Weise auch lästige grippale Infekte.

Außer golfen geht sie

z. B. joggen und reiten oder macht Pilates. Außerdem

legt Veronica Ferres Wert auf ausreichend Schlaf und

eine gesunde Ernährung: Viel

Obst und Gemüse garantieren eine gute Versorgung des Körpers mit Vitaminen.

VON NATURHEILMITTELN BIS OP-METHODEN

Nase voll? Therapien für die Nebenhöhlen

