

# Eine Scheibe Brot kann helfen

## Hals, Nase, Ohren: Experten beraten Sie

**Fragen mailen oder per Post schicken**

Wenn Sie eine Frage an unsere HNO-Experten haben, gibt es zwei Möglichkeiten:

- ◆ E-Mail schicken an: [info@nb-medien-service.de](mailto:info@nb-medien-service.de) oder postalisch an folgende Anschrift: NB Medienservice, Hagenstr. 15, 45894 Gelsenkirchen.
- ◆ Weitere Tipps und eine Liste mit HNO-Ärzten unter [www.hnonet-nrw.de](http://www.hnonet-nrw.de)
- ◆ Sie können zu allen Themen Fragen stellen, die in Zusammenhang mit HNO-Problemen stehen.

**HERTEN.** (greis/komm- public) Sie fragen sich, warum Ihre Ohren sausen, Ihr Auge tränt, oder die Nase andauernd läuft. Für einen Arztbesuch erscheinen Ihnen ihre Beschwerden noch zu geringfügig. Nun haben Sie die Möglichkeit, erst einmal unverbindlich bei einem HNO-Experten aus dem Vest nachzufragen, was wohl los sein könnte. In Zusammenarbeit mit dem HNO-net NRW beantworten wir Ihre Fragen. Natürlich ersetzt das keineswegs eine persönliche Behandlung beim Arzt Ihres Vertrauens.

**Christa H. (67 Jahre):** Seit ein paar Jahren habe ich besonders morgens das Gefühl, etwas im Rachen zu haben. Durch Husteln und Räuspern kommt ein wenig gelbliche Substanz hervor und die Schluckbeschwerden verschwinden. Meine Stimme ist auch häufig belegt. Nach einer Magenspiegelung wurde bei mir Helicobacter festgestellt. Selbst durch eine Anti-



### Wir haben ein Ohr für Sie

Heute: Beschwerden beim Schlucken

biotika-Behandlung konnte keine Verbesserung erzielt werden. Es belastet mich jedoch sehr, ständig Husten zu müssen und an diesem Fremdkörpergefühl zu leiden.

**Dr. med. Jürgen Olivier, Facharzt für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde in Herten und Mitglied im HNO-net NRW:** „Fließt Magensaft in die Speiseröhre und den Rachen zurück und verursacht dort Entzündungen, sprechen Mediziner von einer Refluxkrankheit. Beim Reflux funk-

tioniert der Schließmuskel am Mageneingang nicht richtig oder anatomische Besonderheiten, wie sie zum Beispiel bei einer Schwangerschaft entstehen, verhindern den Verschluss des Magens nach oben. Ein wie bei Ihnen bereits diagnostizierter Helicobacter kann neben Beschwerden wie Oberbauchschmerzen, Übelkeit und Erbrechen auch Schluckbeschwerden, Sodbrennen und chronischen Husten verursachen. Die Anti-

### Aufstoßen oder Sodbrennen

biotikatherapie dauert bei einem besonders resistenten Bakterium in der Regel länger als bei anderen bakteriellen Erkrankungen. Die entsprechenden Behandlungen führen in diesem Fall Fachärzte für Innere Medizin oder Gastroenterologen durch.

Typische Beschwerden wie Aufstoßen, Schluckbeschwerden, Sodbrennen oder chroni-



**Dr. med. Jürgen Olivier, Facharzt für HNO.**

scher Husten sollten jedoch immer zusätzlich von einem HNO-Arzt auf eine mögliche Refluxerkrankung oder andere Ursachen hin begutachtet werden. Durch eine endoskopische Untersuchung mit einer kleinen Optik kann der HNO-Arzt den Rachen und den Kehlkopf untersuchen und so Veränderungen an den Schleimhäuten von Rachen, Kehlkopf und oberer Speiseröhre feststellen. Diese Untersuchung ermöglicht es dann, Therapien wie säurehemmende Medikamente oder Inhalationen gezielt einzusetzen, um weitere Rachen- und Kehlkopfezündungen zu verhindern. Dies ist wichtig, da unbehandelte chronische Entzündungen der Schleimhäute unter Umständen sogar zu bösartigen Veränderungen führen können.

Eine Refluxerkrankung kann auch durch Medikamente oder andere Ursachen entstehen. Übermäßiger Genuss von Kaffee, Alkohol und Nikotin, fettes Essen, stark gewürzte und gebratene Speisen sowie falsche Essgewohnheiten begünstigen Sodbrennen und die Produktion von Magensäure. Vermeiden Sie üppige und fettige Mahlzeiten – gerade vor dem Schlafengehen. Zudem hilft es, zwischen den Mahlzeiten eine Brotscheibe oder etwas Zwieback zu sich zu nehmen. Um besonders nachts in der Liegeposition nicht an zu starkem Sodbrennen und daraus resultierenden Schluckbeschwerden zu leiden, kann es helfen, den Oberkörper etwas höher zu lagern, beispielsweise durch Extrakissen, höhenverstellbare Lattenroste oder ein aufgebocktes Kopfende.“

Aus rechtlichen Gründen musste das Foto leider entfernt werden. Vielen Dank für Ihr Verständnis.



... wir tun was!

Beschwerden wie Aufstoßen, Schluckbeschwerden, Sodbrennen oder chronischer Husten sollten von einem HNO-Arzt auf eine mögliche Refluxerkrankung begutachtet werden.