

# „Wie werde ich eine Mittelohrentzündung los, Herr Doktor?“

## Dr. med. Dierk Heimann

Er ist seit 20 Jahren Arzt und hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.  
[www.ihr-hausarzt-in-mainz.de](http://www.ihr-hausarzt-in-mainz.de)

**S**chon beim Betreten meines Sprechzimmers hält sich meine Patientin ihr rechtes Ohr mit der Hand zu. „Seit gestern höre ich kaum noch etwas, Herr Doktor. Außerdem habe ich ein Stechen im Ohr“, sagt die 39-Jährige und setzt sich. Für einen plötzlichen Hörverlust gibt es viele Ursachen – abklären sollte man sie immer. Mit fällt ein Hörsturz ein. Doch noch häufiger – gerade in der kalten Jahreszeit – ist etwas anderes: eine akute Mittelohrentzündung, eine Otitis media. Ein so einfacher wie richtiger Leitpruch in der Allgemeinmedizin lautet: „Häufiges ist häufig“ ... Deshalb schaue ich mir zuerst ihre Trommelfelle an.

### Wie erkennt man die Entzündung?

Bei einem gesunden Ohr zeigt sich das Trommelfell ganz glatt, leicht glänzend und grau bis rosa. Bei einer Mittelohrentzündung kann es durch die vermehrte Durchblutung rot erscheinen und ist durch den höheren Druck im Mittelohr vorgewölbt. Manchmal sieht man sogar Eiter durchscheinen. Mein Blick in den Gehörgang bringt schnell Klarheit. „Sie haben tatsächlich eine Mittelohrentzündung. Zusammen mit dem plötzlichen Beginn und der Hörminderung ist das eindeutig.“ Meine Patientin hat das schon geahnt. „Muss man da nicht ein Antibiotikum nehmen? Ich hatte im vergangenen Jahr doch schon ein paar Infekte, wegen denen ich das Zeug nehmen musste.“ Sie klingt besorgt. Ich kann sie beruhigen. „Heute gibt man nicht mehr bei jeder Mittelohrentzündung

ein Antibiotikum. Bei bis zu sieben von zehn gesunden Patienten verschwinden die Beschwerden auch so. Es gibt da einen interessanten Vergleich: Meine Kollegen in den Niederlanden verschreiben bei dieser Erkrankung nur etwa halb so viele Antibiotika wie die Ärzte in den USA – und die Heilungsraten sind dennoch sehr ähnlich.“

### So sollte man behandeln

Der Mutter von zwei Kindern ist die Erleichterung anzusehen. „Gilt das auch für Kinder?“, fragt sie. „Ja. Antibiotika scheinen bei einem unkompliziertem Verlauf nur bei sehr kleinen Kindern sinnvoll zu sein.“ Meine Patientin nickt und verzerrt dann schmerzhaft ihr Gesicht. „Und das heilt ganz von allein aus? Ich muss nichts machen?“ „Ich würde gegen die Schmerzen Ibuprofen nehmen, zweimal täglich 600 Milligramm, kombiniert mit einem Magenschutz wie Omeprazol – das zahlt zwar die Kasse nicht, aber es schützt gut vor den sonst häufig auftretenden Magenproblemen. 30 Tabletten mit 20 Milligramm kosten auf Privat Rezept etwa 14 Euro. Zudem sollten Sie Nasenspray nehmen: dreimal täglich.“ „Aber meine Nase ist doch frei!“, sagt meine Patientin. „Trotzdem! Dadurch öffnet sich der Luftweg zwischen Rachen und Mittelohr, die Eustachische Röhre, und die Entzündung heilt besser ab. Aber bitte maximal eine Woche, sonst gewöhnt sich die Nase daran. Und Sie können sich ein Zwiebelsäckchen aufs Ohr legen.“ Meine Patientin stutzt. „Eine Zwiebel klein hacken und zum Beispiel in einen Strumpf füllen. Aufs Ohr legen und ein Stirnband darüberziehen, damit es hält. Die Körperwärme sorgt dafür, dass aus der Zwiebel ätherische Öle in den Gehörgang hinein verdampfen. Die wirken entzündlich und schmerzlindernd.“ Zwei Tage später kommt meine Patientin zur Kontrolle. Es geht ihr viel besser. Auf Antibiotika zu verzichten, war richtig.



## NÄCHTLICHER HARNDRANG?\*



Doppelte Pflanzenkraft

Reduziert häufigen Harndrang\*

Beeinträchtigt nicht die Sexualfunktion

Rezeptfrei in der Apotheke.  
[www.prostagutt.de](http://www.prostagutt.de)

\* bei gutartiger Prostatavergrößerung

Prostagutt® forte 160/120 mg, 160/120 mg/Weichkapsel. Für männliche Erwachsene. Wirkstoffe: Sabal-Dickextrakt und Brennnesseltrockenextrakt. Anwendungsgebiete: Beschwerden beim Wasserlassen bei gutartiger Prostatavergrößerung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.  
Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe  
P/01/09/18/03



## STARK GEGEN DEN ATEMWEGS INFEKT\*

Das pflanzliche Anti-Infektivum\* mit der Kraft der südafrikanischen Kapland-Pelargonie packt den Infekt mit der Wurzel.

- Bekämpft Infekt-Erreger
- Löst zähen Schleim
- Verkürzt die Krankheitsdauer

# Umckaloabo®

Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut®



\*bei akuter Bronchitis

Umckaloabo® ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318

Umckaloabo® Wirkstoff: Pelargonium-sidoies-Wurzeln-Auszug. Anwendungsgebiete: Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). Enthält 12 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. ISO-Arzneimittel - Ettlingen U/01/01/18/08



### Eine Geschichte, die Mut macht!

Mit 46 Jahren erleidet Dr. Dierk Heimann einen schweren Schlaganfall. Entgegen allen Prognosen überlebt er und erholt sich fast vollständig. Er gilt als medizinisches Wunder und statistische Ausnahme. Mit beeindruckender Ehrlichkeit erzählt Dr. Heimann von seiner Doppelrolle als Patient und Mediziner. Ein Lebensratgeber, der Mut macht!

Ab 1. März erhältlich!