



# „Warum habe ich so oft eine Mittelohrentzündung 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**eine ständigen Ohrenschmerzen sollen endlich für immer verschwinden! „Ich muss nur einen kleinen Schnupfen haben, schon tut es weh“, sagt mein 55-jähriger Patient. „Seitdem es vor ein paar Jahren mal extrem schlimm war, geht das so.“ Er ist ohne Termin in die offene Sprechstunde gekommen. Gerade umgezogen. „Auch jetzt habe ich Schmerzen“, sagt er und zeigt auf das linke Ohr. Ich greife nach dem Ohrspeigel. Das Trommelfell wirkt gerötet, dahinter scheint Flüssigkeit zu sein. Das passt zu seiner Schilderung. Eine Mittelohrentzündung. Aber ständig? Warum?

**Was die Knochenstruktur hinter dem Ohr verrät**

Auch der Druck auf den Knochen hinter der Ohrmuschel, den Mastoid, ist schmerzhaft. Das zeigt mir, dass die vermutete Mittelohrentzündung intensiver ist oder schon auf diesen angrenzenden Knochenabschnitt übergriffen hat. Kleine, luftgefüllte Kammern sind dort. Wenn dieser Verdacht zutrifft, muss oft operiert werden. Ich teile meinem Patienten meine Vermutung mit. „Wir sollten eine

Kernspinaufnahme machen lassen und Sie zu einem HNO-Kollegen schicken. Es könnte sein, dass Sie früher eine schwere Mittelohrentzündung nicht ausgeheilt haben, dadurch wurde der Knochen in Mitleidenschaft gezogen.“ Er schaut skeptisch, stimmt aber zu. „Sicherheitshalber verschreibe ich Ihnen zudem ein Antibiotikum und lasse Blut abnehmen.“ Das MRT bestätigt meinen Verdacht. Der Mastoid-Knochen ist verändert und entzündet. Vermutlich chronisch. Damit wird dieser Knochen immer wieder zum Ausgang der Beschwerden. Auch die Blutwerte zeigen erhöhte Entzündungszeichen. Damit war die vorsorgliche Antibiotikagabe gerechtfertigt.

**Welche Natur-Präparate vorbeugen und heilen**

Zwei Wochen später sehe ich meinen Patienten wieder. Die Beschwerden sind erst mal weg. Gut. Der HNO-Kollege hat ebenfalls zu einer Operation geraten. „Gegen den beschädigten Knochen können Sie aber bis zum OP-Termin erst mal nichts tun“, erkläre ich. „Kommen Sie daher bitte gleich, wenn Sie erste Anzeichen einer Verschlechterung spüren.“

„Kann ich nichts selbst tun?“, möchte er wissen. „Doch. Bei jedem Schnupfen bitte gleich Nasenspray nehmen, selbst wenn die Nase frei ist. Damit öffnen Sie die Verbindung zwischen Rachen und Mittelohr, die Eustach'sche Röhre. Je besser dort die Belüftung ist, desto geringer ist das Risiko für eine Entzündung. Auch sollten Sie ein Präparat mit natürlichen Senfölen aus Meerrettich und Kapuzinerkresse nehmen, höher dosiert, wenn Sie schon krank sind, in halber Dosierung zur Vorbeugung. Und eine Kombination aus Enzian, Eisenkraut, Holunder, Schlüsselblume und Ampfer. Zudem: viel trinken, das macht den Schleim im Ohr flüssiger, und er fließt besser ab. Und die Heizungsluft nachts anfeuchten. Dann trocknen die Schleimhäute weniger aus. Wenn Sie keinen Luftbefeuchter haben, nehmen Sie ein Handtuch, machen Sie es feucht und hängen Sie es über die Heizung. Noch ein Tipp: Inhalieren Sie mit Tees wie Pfefferminze. Auch das wirkt entzündungshemmend.“ Nach drei Monaten sehe ich meinen Patienten wieder. Die Operation ist gut gelaufen, Teile des Mastoid-Fortsatzes wurden entfernt. Ohrenschmerzen hat er seitdem nicht mehr.