

# Was tun bei Ohrenschmerzen?

von Dr. med. Genn Kameda

**Gerade im Winter ein echter Klassiker in der Kindersprechstunde: die oft gefürchteten Ohrenschmerzen!** Denn kaum etwas tut Kindern so weh, wie ein entzündetes Ohr – was sie dann auch lauthals kundtun. Leider vor allem abends oder nachts, wenn der Kinderarzt nicht erreichbar ist und die Eltern auf sich allein gestellt sind.

Dabei gibt es gerade bei Ohrenschmerzen einige Hausmittel, die sich leicht anwenden lassen und schnelle Linderung schaffen – zumindest bis die Kinderarztpraxis am nächsten Morgen wieder geöffnet ist. Grund für die Ohrenschmerzen ist meist eine Mittelohrentzündung, die im Kindesalter sehr häufig vorkommt, vor allem zwischen dem 6. und 30. Lebensmonat. Was viele Eltern nicht wissen: Ohrenschmerzen können auch im Rahmen einer normalen Erkältung auftreten, also ohne Mittelohrentzündung, deren Diagnose generell zu häufig gestellt wird.

**Wunderwerk Ohr** Warum ist das Ohr in den ersten drei Lebensjahren so empfindlich? Beantworten lässt sich diese Frage vielleicht besser, wenn man sich das Wunderwerk Ohr einmal genauer anschaut: Das Innenohr, das übrigens bei der Geburt bereits seine endgültige Größe erreicht hat, besteht aus feinsten Nerven- und Sinneszellen. Demgegenüber steht das Außenohr (Ohrmuschel), das bis ins Alter wachsen kann (wer kennt nicht die beeindruckend großen Ohren der Großväter?). Zwischen diesen beiden steht vermittelnd das Mittelohr, das die Geräusche von außen nach innen über die Gehörknöchelchen weiterleitet. Das Mittelohr ist durch den Belüftungskanal (Eustachische Röhre) mit dem Rachenraum verbunden.

Dieser Teil des Ohres verändert sich in den ersten Lebensjahren (bis zur Pubertät) noch stark, da das Mittelohr erst nach der Geburt durch einen Kanal (Eustachische Röhre) allmählich belüftet wird.

Schwillt die Schleimhaut des Belüftungskanal während einer Erkältung an, verschließt sich dieser Kanal und das Mittelohr füllt sich mit Sekret, das nicht abfließen kann, so dass eine Stauung, ein sogenannter «Paukenerguss», entsteht. Der Erguss bietet Bakterien oder Viren eine ideale Umgebung, so dass es leicht zu einer Entzündung kommen kann. Schwillt der entzündliche Paukenerguss weiter an, nimmt der Druck auf das Trommelfell zu, bis es schließlich reißt (Perforation). Das Sekret läuft ab, die Schmerzen verschwinden schlagartig. Der Riss im Trommelfell verschließt sich anschließend von selbst. Kommt es nicht zur Perforation, kann es manchmal Wochen bis Monate dauern, bis sich der Erguss zurückbildet.

**Beschwerden lindern** Damit es nicht soweit kommt, kann man jedoch viel tun. Bei einer akuten Mittelohrentzündung treten plötzlich heftige, stechende Schmerzen auf. Allerdings empfinden nicht alle Kinder die Schmerzen als stark. Kleinkinder fiebern dabei häufig. Sekret kann aus den Ohren laufen. Aber Achtung: Gerade bei Säuglingen kann man Tränen- oder Speichelflüssigkeit, die ins Ohr gelaufen sind, irrtümlich für einen solchen Ausfluss halten! Bei einem Verdacht auf Mittelohrentzündung sollten Eltern ihr Kind (vor allem einen Säugling) zum Arzt bringen, insbesondere wenn Erbrechen oder Rötungen bzw. Schwellungen hinter dem Ohr dazukommen. Säuglinge können bei einer solchen Entzündung übrigens auch ganz uncharakteristische Beschwerden wie Fieber, Trinkunlust, Bauchschmerzen oder Durchfall haben.

Hat der Arzt die Diagnose gestellt, gibt es verschiedene Therapieoptionen. Früher wurde eine Mittelohrentzündung fast standardmäßig mit einem Antibiotikum behandelt. Inzwischen liegen jedoch zahlreiche Studien vor, die empfehlen, je nach Alter und Gesamtzustand des Kindes (und unter ärztlicher Beobachtung!)



erst einmal zwei bis drei Tage abzuwarten. Zumal die Ohrenscherzen, die man dem Kind natürlich gerne ersparen würde, nicht primär durch ein Antibiotikum, sondern durch schmerzstillende Maßnahmen gelindert werden. Dennoch sollte immer bedacht werden, dass es Komplikationen geben kann: Die Entzündung könnte im seltenen Fall auf den Knochen oder auf die Hirnhäute übergreifen. Um solche Komplikationen zu vermeiden, wurde in der Vergangenheit bereits frühzeitig mit Antibiotika behandelt. Heute wissen wir, dass eine initiale antibiotische Therapie ein solches Übergreifen auch nicht verhindern würde.

**Ganzheitlich ansetzen** Eine ganzheitlich ansetzende Therapie setzt auch bei einer Mittelohrentzündung darauf, den kindlichen Organismus in seiner Eigenaktivität zu unterstützen – konkret bedeutet das, den physiologischen Prozess der Belüftung des Mittelohres (siehe oben) zu fördern, wobei sich die Arzneimittel der Anthroposophischen Medizin sehr bewährt haben. Häufig wird zum Beispiel die Wurzel des Liebstöckels (*Levisticum officinale*) eingesetzt, gerne auch in Kombination mit Apis (Biene). Schmerzstillend kann man Ohrentropfen (hosenaschenwarm!) mehrfach täglich in das betroffene Ohr träufeln und Nasenspray oder Nasenbalsam nutzen.

Gegen die Schmerzen hilft natürlich auch das gute alte Zwiebelsäckchen: manchmal belächelt, trotzdem aber immer noch das beste Mittel, um über die erste heftige Schmerzphase hinwegzukommen. Wichtig ist dabei, die kleingehackte Zwiebel zu erwärmen (über Wasserdampf) und das Ganze (zum Beispiel in einer alten Socke) mit einem Tuch direkt auf dem Ohr zu fixieren. Eine andere Variante ist die Zwiebelwatte, bei der ausgedrückter Zwiebelsud auf Watte geträufelt wird. Generell hilft Wärme, zum Beispiel als Wärmflasche oder Rotlicht. Und noch ein Tipp, der vielleicht exotisch klingt, sich in der Praxis aber sehr bewährt hat: Geben Sie frisch geriebenen Knoblauch in die gegenüberliegende Ellenbeuge des Kindes. Sie werden sehen: Die Schmerzen gehen zurück. Achten Sie in diesen kalten Wintertagen also darauf, dass Sie immer genügend frische Zwiebeln und Knoblauch im Haus haben. Damit lässt sich bei Ohrenscherzen die Zeit bis zum nächsten Arztbesuch gut überbrücken ...

Außerdem gelten bei Ohrenscherzen die gleichen Regeln wie bei einem «normalen» Infekt: Achten Sie auf den Wärmeorganismus (erkrankte Kinder sollten immer warme Füße haben) und auf eine gesunde Ernährung mit viel Flüssigkeit. Reduzieren Sie den Medienkonsum (denn dabei verflacht sich die Atmung) – und geben Sie Ihrem Kind viel Zuwendung! Und noch ein Tipp: **Sprechen und singen Sie viel mit Ihrem Kind, denn davon profitieren auch die Ohren, da der gesamte Mittelgesichtsbereich gestärkt wird.** ■

Foto: TatyanaGil/Stock

**Dr. med. Genn Kameda** ist Kinderarzt und Onkologe. Von 2007 bis 2012 war er als Oberarzt in der Abteilung für Kinder- und Jugendmedizin am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke tätig. Seit 2013 ist er als Kinderarzt mit eigener Praxis in Düsseldorf ([www.kinderarztpraxis-kameda.de](http://www.kinderarztpraxis-kameda.de)) niedergelassen.



Dieser erfolgreiche und bewährte Ratgeber bietet drei Bücher in einem: Er stellt anschaulich und umfassend dar, was man über Krankheiten im Kindesalter wissen muss, zeigt auf, wie die Gesundheit des Kindes durch Erziehung günstig beeinflusst werden kann und liefert eine Fülle von praktischen pädagogischen Tipps und Hilfestellungen.

*Einige Themen: Die ersten Lebensmonate | Vom Säugling zum Kleinkind | Ernährung | Erkrankungen und ihre Behandlung | Erste Hilfe | Erziehungsfragen | Bekleidung | Spielen und Spielzeug | Schulreife | Schulprobleme | Die Temperamente | Essstörungen | Impfungen | Religiöse Erziehung | Aufklärung – Sexualität | Umgang mit Medien | Gefahren durch Elektrosmog | Drogenprävention u.v.m.*

Wolfgang Goebel | Michaela Glöckler  
**Kindersprechstunde**  
Ein medizinisch-pädagogischer Ratgeber  
19., stark überarbeitete Auflage  
unter Mitarbeit von Dr. Karin Michael  
752 Seiten, mit 107 farb. Abb., geb.  
€ 32,- (D) | ISBN 978-3-8251-7810-9  
[www.urachhaus.de](http://www.urachhaus.de)