

Ohrenprobleme beim Tauchen

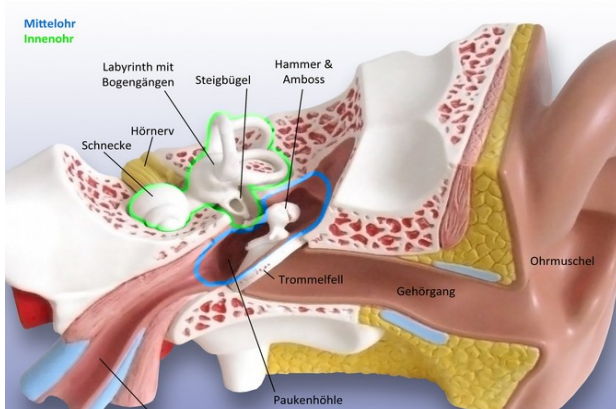
Ohrenprobleme sind bei Tauchern nicht selten. Grundsätzlich lassen sich zwei Ursachen unterscheiden:

Entzündungen und **Barotrauma**. Mit **Ohrenproblemen** sollte grundsätzlich nicht getaucht werden.

Unter den Ohrenentzündungen ist die **Gehörgangsentzündung** (Otitis externa) bei Tauchern am häufigsten. Sie wird durch stehende Feuchtigkeit im Gehörgang begünstigt und tritt daher besonders bei Menschen auf, die häufig im Wasser sind, also auch bei Schwimbern oder Surfern.

Innerhalb weniger Stunden bis Tage entwickelt sich hier aus einem leichten Juckreiz eine oft sehr schmerzhaft Entzündung.

Typisch ist ein Druckschmerz des „Tragus“, dem kleinen Knorpelvorsprung direkt am Eingang des Gehörgangs, oder beim Ziehen an der Ohrmuschel. Der Druckausgleich klappt am Anfang in der Regel problemlos, im späteren Verlauf kann er jedoch schmerzhaft sein. Das Hören ist zu Beginn nicht beeinträchtigt. Erst wenn die Haut des Gehörgangs durch die Entzündung stark anschwillt, kann eine Hörminderung entstehen. Begünstigend für die Entstehung einer Gehörgangsentzündung sind kleinste Verletzungen der empfindlichen Gehörgangshaut, wie sie z. B. Durch unsachgemäße Reinigung mit Wattestäbchen, das Tragen von Ohrstöpseln oder Reizungen durch Salzkristalle und Wind entstehen können. Auch zu viel Ohrenschmalz bietet zusammen mit Feuchtigkeit einen guten Nährboden für Bakterien und Pilze.



Wer häufig im Tauchurlaub an Gehörgangsentzündungen leidet, sollte sich vor der Reise von einem Hals-Nasen-Ohrenarzt untersuchen und beraten lassen.

Wenn es zu einer Entzündung des äußeren Gehörgangs kommt, hilft in leichten Fällen das vorsichtige Ausspülen der Gehörgänge mit sauberem Trinkwasser, das Trockenföhnen nach dem Tauchgang und die Anwendung von desinfizierenden Ohrentropfen auf der Basis von

Alkohol und Essig (z.B. sogenannte Ehm'sche Tauchertropfen), antiseptische Ohrentropfen oder -sprays oder reinen Alkohol. Diese Maßnahmen können bei immer wiederkehrenden Ohrenentzündungen auch vorbeugend durchgeführt werden.

Schwere Entzündungen erfordern den Einsatz von Antibiotika – in diesem Fall meist in der Form von Ohrentropfen oder Streifeneinlagen. Oft wird der Wirkstoff Ciprofloxacin verwendet. Diese Ohrentropfen sind verschreibungspflichtig. Manche Taucher führen sie für den Fall des Falles bereits in ihrer Reiseapotheke mit. Zusätzlich müssen aufgrund der starken Schmerzen zusätzlich entzündungshemmende Schmerzmittel wie Ibuprofen oder Diclofenac eingenommen werden.

Sollten die Beschwerden nicht innerhalb von wenigen Tagen zurückgehen, sollte ein Arzt aufgesucht werden.

Eine **Mittelohrentzündung** ist keine typische Taucherkrankung. Sie kann aber entstehen, wenn mit einer Erkältung getaucht wird, oder wenn bei einer Flugreise mit Erkältung der Druckausgleich nicht ausreichend erfolgen kann. Dabei gelangen Keime über die Ohrtrompete in die Paukenhöhle. Typisch ist eine Hörminderung auf der betroffenen Seite, begleitet von starken, pulsierenden Ohrenscherzen, die im Verlauf einer Erkältung einsetzen. Auch Fieber, Schwindel und Benommenheit können auftreten. Bei einer ausgeprägten Entzündung kann das Trommelfell reißen, sodass eitriges Sekret nach außen abfließt.

Die Unterscheidung einer Mittelohrentzündung von einer Gehörgangsentzündung ist wichtig, da die Behandlung grundsätzlich unterschiedlich ist. Ohrentropfen wirken bei einer Mittelohrentzündung nicht effektiv, weil sie das Trommelfell nicht durchdringen können. In erster Linie muss dafür gesorgt werden, dass eine gute Belüftung des Mittelohrs erfolgen kann. Das wird über die Anwendung von Nasensprays oder -tropfen (z. B. Mit den Wirkstoffen Xylometazolin oder Oxymetazolin) erreicht, die nicht nur die Schleimhaut in der Nase, sondern auch die in der Ohrtrompete abschwellen lassen. Dazu werden schmerzlindernde und entzündungshemmende

Medikamente wie z. B. Ibuprofen (bei Unverträglichkeit auch Paracetamol) angewendet. In schweren Fällen müssen auch Antibiotika eingenommen werden.

Ein **Barotrauma** dagegen entsteht während eines Tauchganges. Durch die Druckdifferenzen beim Ab- und Auftauchen kann es zu Schäden an Mittel- und Innenohr kommen. Meist berichten betroffene Taucher von Druckausgleichsproblemen, die den Ohrenscherzen und einer Hörminderung vor-

ausgegangen sind. Grund ist eine Ansammlung von Flüssigkeit im normalerweise luftgefüllten Mittelohr. Bei dem Versuch des Druckausgleichs quietscht und schmatzt es im Ohr. Manchmal wird auch nur ein dumpfes Druckgefühl, gelegentlich verbunden mit Schwindel, bemerkt.

Barotraumen treten nicht selten bei Tauchanfängern auf, die durch die komplexen Anforderungen des Tauchgangs „vergessen“, regelmäßige Druckausgleichsmanöver durchzuführen. Im Extremfall kann das Trommelfell reißen, was mit sehr starkem Schwindel durch Kaltreizung des Innenohres verbunden ist und einen Tauchunfall verursachen kann. Wenn starke Schmerzen plötzlich während des Tauchens oder während eines Druckausgleichsmanövers auftreten, sind sie meist Zeichen für eine starke Dehnung des Trommelfells oder einen Einriss. Dringt durch einen Riss plötzlich kaltes Wasser ins Mittelohr ein, hat das häufig Schwindel zur Folge, welcher zu Orientierungslosigkeit und Panik führen kann.

Durch den Trommelfellriss können Keime von außen in die Paukenhöhle eindringen und dort eine Mittelohrentzündung verursachen. Ob ein Riss vorliegt, muss deshalb bei Verdacht immer von einem Arzt beurteilt werden, da dies für die Behandlung und zur Vermeidung von Folgeschäden erforderlich ist.

Manche Ohrentropfen, die Alkohol oder bestimmte Antibiotika beinhalten, können das Innenohr bei einem Riss im Trommelfell dauerhaft schädigen und dürfen dann nicht benutzt werden. Neben Schmerzmitteln sind abschwellende Nasentropfen ratsam, um die Belüftung des Mittelohrs durch die Ohrtrompete zu verbessern und den Abfluss von Sekret aus dem Mittelohr durch die Nase zu fördern. Oft werden Antibiotika als Tabletten bei einem Trommelfellriss verordnet, um bis zum Verschluss des Defektes eine Entzündung zu verhindern. Kleine Risse heilen häufig von allein, bei größeren Einrissen kann eine Operation erforderlich sein.

Mit einem Trommelfellriss besteht immer Tauchverbot, bis die Verletzung stabil geheilt ist. Das kann mehrere Monate dauern. Im Anschluss sollte eine erneute Tauchtauglichkeitsuntersuchung erfolgen.

Auch die Dekompressionserkrankung kann sich durch Ohrenbeschwerden bemerkbar machen: Starker Drehschwindel und starke Hörverschlechterung in den ersten Minuten bis Stunden nach dem Auftauchen können Symptome sein. Bei dem geringsten Verdacht sollte sofort ärztlicher Rat eingeholt werden.

Hier findest Du eine Zusammenfassung der drei häufigsten Ursachen für Ohrenprobleme vom Auftreten bis zur Behandlung:

	Gehörgangsentzündung	Barotrauma	Dekompressionserkrankung
Beginn	Innerhalb von Stunden bis Tagen	plötzlich	Minuten bis Stunden nach Auftauchen
Symptome	Jucken, Schmerzen, Hörminderung	Druckgefühl, Schmerzen, Hörminderung	Drehschwindel, Hörminderung, Ohrgeräusche, Hautflecken u. a. Symptome
Auslöser	Häufiger Wasserkontakt, Schädigung der Gehörgangshaut, Bakterien	Ignorieren von Druckausgleichsproblemen, Erkältung, Allergien, fehlende Übung	Stickstoff-Ausperlung
Typisches Zeichen	Tragus-Druckschmerz, Ohrmuschel-Zugschmerz	Beginn während des Tauchgangs	nach Wiederholungstauchgängen, Notaufstieg, TG nahe/über Nullzeit
Vorbeugung	Keine Manipulation im Gehörgang, Ohren trocken halten, Spülung mit Trinkwasser	Tubentraining, langsames Ab- und Auftauchen, auf Druckausgleich achten	Nullzeiten nicht ausreizen, langsames Auftauchen, Nitrox nach Lufttabelle
Selbstbehandlung	Antibiotika-Ohrentropfen, Wasserkarenz, Schmerzmittel	abschwellende Nasentropfen, Tauchverbot	Sauerstoff, Flüssigkeit, Ruhe
Arztkontakt	Bei ausbleibender Besserung, nach 2-3 Tagen	bei ausbleibender Besserung, bei eitrigem Ausfluss aus dem Gehörgang, bei Fieber	!!! IMMER !!! zumindest tauchmedizinische Notrufhotline