

Belüftungsstörungen der Ohren sind weit verbreitet und treffen Patienten in jedem Lebensalter. Es handelt sich um eine Störung oder Dysfunktion der sogenannten Eustachischen Röhre, Die Eustachische Röhre ist ein schmaler Kanal, der das Mittelohr mit dem Nasen-Rachen-Raum verbindet. Eine Tubenbelüftungsstörung tritt auf, wenn die Eustachische Röhre nicht ordnungsgemäß funktioniert und es zu Problemen mit dem Druckausgleich kommt.

## **Einige häufige Symptome einer Tubenbelüftungsstörung können sein:**

Gefühl von Ohrenscherzen oder Druck im Ohr

Hörverlust oder gedämpftes Hören, Ohrgeräusche (Tinnitus), Schwindelgefühl

Tubenbelüftungsstörungen können verschiedene Ursachen haben. Zu den möglichen Ursachen gehören Allergien, Infektionen der oberen Atemwege, Nasenpolypen, Verstopfung der Eustachischen Röhre durch Schleim oder Flüssigkeit, Anatomievariationen oder Funktionsstörungen der Muskeln, die die Öffnung der Röhre kontrollieren.

## **Therapie & Selbsthilfe**

Gesetzt der Fall es wurde keine Ursache der Belüftungsstörung gefunden, geht man davon aus, dass eine Unterfunktion der Ohrtrompete vorliegt. Diese Unterfunktion kann häufig ausgeglichen werden. Ziel der Therapie ist also das Abschwellen der Schleimhaut und die Verstärkung der muskulären Tubenöffnung.

Zu Beginn der Therapie sollte hierbei alle 30 Minuten einmal ein Druckausgleich durchgeführt werden, also ca. 20-mal am Tag. Dieses Muskeltraining für die Tuba auditiva führt zu einer Stärkung des Muskels und zu einer besseren Öffnung der Ohrtrompete.

Um die Schleimhaut zu pflegen und abzuschwellen, sollte 2-mal täglich mit Kochsalzlösung eine Nasenspülung durchführen. Hierzu reicht es aus einen Teelöffel Salz auf einen Liter Wasser aufzulösen und mittels einer Nasedusche die Nasenschleimhaut zu pflegen. Je nach Ausprägung der Belüftungsstörung wird diese Maßnahme durch die Verabreichung von örtlich wirkenden Kortisonsprays unterstützt. Abschwellende Nasentropfen sollten nicht verwendet werden, da diese auf Dauer schädlich für die Nasenschleimhaut und Nasenrachenschleimhaut sind. Durch das Kauen von Kaugummi oder das Gähnen wird die Muskulatur um die Eustachische Röhre aktiviert, was dabei helfen kann, sie zu öffnen und den Druckausgleich zu erleichtern. Schlafen mit erhöhtem Kopf lässt Flüssigkeit aus dem Mittelohr leichter abfließen, Trinken von reichlich Flüssigkeit verdünnt das Sekret. Vermeiden Sie Rauchen (aktiv und passiv).

Hilft das alles nicht kann eine kleine Operation Heilung bringen. Bei der Ballondilatation wird in Narkose ein Einführinstrument durch die Nase vor die Ohrtrompete geführt und hier ein kleiner Katheter in die Ohrtrompete eingebracht. Der Ballon auf 10 Bar aufgeblasen, kurz in der Tube belassen und die „Röhre“ dauerhaft erweitert.

