



KOMPETENZ UND VERTRAUEN

# Wenn man die Nase voll hat

**HNO:** Wie Erkrankungen und Entzündungen die Lebensqualität einschränken können

Wer kennt das nicht? Der Griff zum abschwellenden Schnupfenspray ist zur Gewohnheit geworden. In jeder Tasche hat man ein Fläschchen des „lebensnotwendigen“ Medikaments, ohne das ein aktives Leben oder ein ruhiger, erholsamer Schlaf nicht mehr möglich erscheint.

Seit über einem Jahrhundert ist bekannt, dass Mundatmung aufgrund einer verstopften Nase zu einem unruhigen Schlaf mit zahlreichen Weckreaktionen führt. Als Folge kommt es häufig zu starker Tagesmüdigkeit, Lustlosigkeit, Gereiztheit sowie Unkonzentriertheit und daher mangelnder Leistungsfähigkeit im Beruf und im Alltag.

Auch leiden Menschen mit ständig verstopfter Nase häufig an immer wiederkehrenden Halsentzündungen mit Halsschmerzen, verursacht durch die ständige Mundatmung und die damit verbundene fehlende Luftbefeuchtung- und Erwärmungsfunktion der Nase. Riechminderung oder Schmeckstörungen gehen ebenfalls häufig auf das Konto einer blockierten Nasenatmung.

Die Ursachen der verstopften Nase sind vielfältig. Es gibt vorübergehende Auslöser, aber auch chronische Ursachen, die zu einer behinderten Nasenatmung führen.

## Besuch beim Arzt kann helfen

„Ein Besuch beim Hals-Nasen-Ohrenarzt kann Klarheit über mögliche Ursachen und deren Therapieoptionen bringen“, erklärt Dr. Christopher Freiburg. Als Hals-Nasen-Ohren-

Facharzt ist er Spezialist der medikamentösen und operativen Therapie der oberen Atemwege und seit Januar 2011 als niedergelassener HNO-Arzt sowohl in seiner Praxis als auch als Belegarzt im St. Josef Krankenhaus Viernheim tätig.

Doch was passiert in der Nase bei Erkältung, Allergie und Co? Ursächlich für die verstopfte Nase sind angeschwollene Nasenmuscheln, die auch beim gesunden Menschen den Durchfluss der Luft durch die Nase regulieren. Jeder kennt das Phänomen, dass die linke und rechte Nasenseite zu verschiedenen Tageszeiten unterschiedlich durchgängig sind. Dies bezeichnet man als Nasenzyklus und geschieht alle vier bis fünf Stunden. Beim Allergiker oder bei einer Erkältung ist der normale Zyklus gestört. Es kommt zu einem dauerhaften Anschwellen der Nasenmuscheln. Diese akute Schwellung kann mittels Nasenspray vorübergehend positiv beeinflusst werden. Eine dauerhafte Anwendung von Nasenspray ist jedoch für die Schleimhäute schädlich. Daher sollte man zur Klärung und Therapieeinleitung auf jeden Fall einen Hals-Nasen-Ohrenarzt aufsuchen.

„Häufig sehe ich Patienten, die seit Monaten oder Jahren Nasenspray verwenden. Ein einfacher Allergietest bringt in vielen Fällen eine bisher unbekannte Hausstaub-Allergie ans Licht, die als häufigstes Symptom mit einer verstopften Nase einhergeht“, erklärt Freiburg. Die Betrachtung der Nase von innen mittels Nasenendoskop

kann aber auch andere Ursachen für die „Stopfnase“ zeigen: eine Deformation der Nasenscheidewand (Nasenscheidewandverkrümmung), die entweder durch Trauma, aber auch durch natürliche Wachstumsvorgänge entsteht. Eine chronische Entzündung mit Polypenbildung schränkt den Luftstrom durch die Nase zudem drastisch ein. Häufig liegt sogar eine Kombination aus einer Nasenmuschelschwellung und einer Nasenscheidewandverkrümmung vor.

## Ursachenerkennen von größter Wichtigkeit

„Neben entzündungshemmenden Medikamenten und einer konsequenten Allergietherapie, stehen bei dauerhafter Nasenatmungsbehinderung auch verschiedene operative Therapiemöglichkeiten im Vordergrund“, so Freiburg. Hierbei ist die vorangehende Untersuchung und Ursachenerkennung im Rahmen eines Praxisbesuchs von größter Wichtigkeit.

Bei einer reinen Nasenmuschelschwellung wird mittels gezielt applizierter Energie ein Schrumpfungsvorgang des schwammartigen Nasenmuschelgewebes erzielt. Neben Anwendungen mit Strom gibt es moderne Möglichkeiten, wie die Applikation von Radiofrequenzenergie. Hierbei wird in örtlicher Betäubung mit einer speziellen Nadel in die untere Nasenmuschel eingestochen. Die Nadel gibt eine definierte Menge Radiofrequenzenergie an das umgebende Gewebe ab, was dann schrumpft.



HNO-Arzt Dr. Christopher Freiburg.

BILD: ZG

Ein anderes Verfahren arbeitet mit einem Energiestrahler, der die Oberfläche der Nasenmuschel trifft. Dieser sogenannte Argon-Plasma-Strahl führt ebenfalls zu einer Schrumpfung des Gewebes.

„Allen Verfahren ist gemeinsam, dass sie in örtlicher Betäubung und ohne große Risiken angewendet werden können. Blutungen gibt es kaum, der Patient kann nach äußerst kurzer Behandlungsdauer wieder seiner normalen alltäglichen Tätigkeit nachgehen“, betont Freiburg und fügt hinzu: „Durch die schnelle, risikoarme Technik ist dieser Eingriff zu einem der häufigsten in der Hals-Nasen-Ohrenheilkunde geworden. Der erzielte positive Effekt ist maximal – bei geringem Aufwand für den Patienten!“

Etwas anders verhält es sich, wenn die Nasenscheidewand korrigiert oder gar Schleimhautvermehrungen (Polypen) aus der Nase und den Nasennebenhöhlen entfernt werden müssen. Hierbei ist eine Vollnarkose unerlässlich. Die Nase wird hierbei „von innen“ ope-

riert. Blaue Flecken oder äußerlich sichtbare Narben entstehen nicht. Die natürlichen Öffnungen der Nasennebenhöhlen werden erweitert, die Nasenscheidewand wird begradigt.

„Durch Anwendung moderner Endoskope ist eine sehr sichere und effiziente Nasenoperation heute möglich. Der stationäre Aufenthalt beläuft sich auf zwei bis drei Tage, ein Zeitraum von sieben bis zehn Tagen sollte aber zur vollständigen Genesung eingeplant werden“, erklärt Freiburg.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Ursachen für eine behinderte Nasenatmung vielfältig sind. Eine Behandlung ist zur Verbesserung der Lebensqualität nicht nur unter dem Aspekt einer besseren Leistungsfähigkeit in der heutigen Arbeitswelt sinnvoll, sondern auch für das persönliche Wohlbefinden unabdingbar. Gute medikamentöse und operative Therapieverfahren sind heute verfügbar und werden weitestgehend von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

## Zur Person: Dr. Christopher Freiburg

- Dr. med. Christopher Freiburg ist Spezialist für Erkrankungen der oberen Atemwege.
- Sein Studium absolvierte er an der Uni Heidelberg.
- Zuletzt war er in der Hals-Nasen-Ohrenklinik der Universität Mannheim tätig.
- Seit Januar 2011 arbeitet er als niedergelassener Vertragsarzt im Ärztehaus Pater-Delp-Straße 3 in Viernheim. Telefon: 06204/7 81 18, Internet: www.hnoviernheim.de
- Zudem ist er seit Januar 2011 Belegarzt am St. Josef-Krankenhaus in Viernheim.
- In seinen Behandlungen

deckt er das gesamte klassische Spektrum der Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde ab.

■ Dies umfasst Hör- und Gleichgewichtsstörungen, Ohrgeräusche, Kopfschmerzen, Infekte der oberen Atemwege, Nasenatmungsbehinderungen, Riechstörungen, Heiserkeit, Schluckstörungen, Hautveränderungen an Kopf, Gesicht und Hals sowie Schwellungen am Hals.

■ Außerdem werden individuelle Gesundheitsleistungen wie Akupunktur, Kehlkopfvorsorge, Infusionstherapie und Tauchbescheinigungen angeboten.

## St. Josef-Krankenhaus

1882 kaufte Pfarrer Euler aus eigenen Mitteln das Haus in der Seegartenstraße und gründete damit das erste Krankenhaus am Ort. 1909 fand die erste Operation statt. Heute, rund 130 Jahre später, gewährleistet das St. Josef-Krankenhaus in Viernheim, christlich orientiert und medizinisch kompetent, die Grundversorgung für die Bevölkerung. 82 Planbetten stehen zur Verfügung.

Derzeit kümmern sich rund 90 Pflegekräfte auf den Stationen und in den einzelnen Funktionsabteilungen um das Wohl der Patienten. 35 Fach- und Belegärzte vor Ort bieten folgende Fachdisziplinen an: Innere Medizin, Chirurgie, HNO, Gynäkologie, Radiologie, Orthopädie, Neurologie, Physiotherapie, Anästhesie, Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie, Gastroenterologie sowie Diagnostik/Therapie.

Wir sind ein reines Belegkrankenhaus der Grundversorgung mit 82 Betten in den Fachdisziplinen Innere Medizin, Chirurgie / Orthopädie, HNO, Mund-Kiefer-Gesichts-Chirurgie und Gynäkologie.



Wir suchen zur Verstärkung unserer chirurgischen Stationen eine/n

## Gesundheits- und Krankenschwester/pfleger bzw. Gesundheits- und Krankenpflegehelfer/in bzw. Altenpfleger/in

in Voll- oder Teilzeit. Gerne auch eine Dauernachtwache.

Wir wünschen uns:

- Berufserfahrung
- Fachliche und persönliche Kompetenz
- Verantwortungsbewusstsein und Engagement
- Flexibilität und Einsatzbereitschaft
- Teamfähigkeit
- Bereitschaft zur konstruktiven Zusammenarbeit mit allen Berufsgruppen

Wir bieten:

- einen interessanten Arbeitsplatz mit Selbstständigkeit und Eigenverantwortung
- eine gute Einarbeitung
- Mitarbeiter in einem freundlichen, fachkompetenten Team
- innerbetriebliche Fortbildung
- eine leistungsgerechte Vergütung

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann senden Sie bitte Ihre schriftliche Bewerbung, gerne per Email, an:

St. Josef-Krankenhaus, Personalabteilung, Seegartenstr. 4, 68519 Viernheim bzw. Bewerbung@stj-kg-vhm.de

- Unterhaltsreinigung
- Krankenhausreinigung
- Glas- und Fassadenreinigung
- Industriereinigung
- Betriebsgastonomie
- Hausmeisterservice
- Brandschadensanierung
- Sonderdienste

K.-H. Weidler GmbH  
Freiburger Straße 5-7  
69469 Weinheim  
Fon 06201/87807-0  
www.weidler.de

**2400 TAXI 3535**  
Tag + Nacht  
KRAKENTRANSPORTE (sitzend)  
KURIERDIENST - DIALYSE - FRAUENTAXI  
www.taxiadam24.de

**Bau- und Möbelschreinerei**  
SCHREINEREI BAUREIS GMBH  
Kettelerstraße 46  
68519 Viernheim  
Tel. 0 62 04/3453  
Fax. 0 62 04/66 18  
internet: www.schreinerei-baureis.de  
e-mail: info@schreinerei-baureis.de

**Lernen mit Spaß**

**FACHHANDEL KORNELIA OETZEL**  
Lernmaterial und Linkshänderbedarf

Mathilde-Franziska-Annekestraße 16  
68519 Viernheim

Telefon / Fax: 0 62 04 / 72 75 2  
Internet: www.lernspiele-oetzel.de  
e-Mail: lernspiele@gmx.de

**ÖFFNUNGSZEITEN:**  
Samstag von 10:00 Uhr - 16:00 Uhr  
Nach telefonischer Vereinbarung auch unter der Woche

**APOTHEKE im toom**  
Dr. W. Saur  
Tiergartenstraße 5, Heppenheim  
Tel. 96 55 0 33 8.00 – 20.00 Uhr

**STADTAPOTHEKE**  
Dr. W. Saur, Darmstädter Str. 1  
Heppenheim, Tel. 06 25 2/93 12 60

**TÜV-zertifizierte Apotheken nach DIN ISO 9001 : 2000**

- Klinikversorgung
- Heimversorgung mit 24 Stundenservice

[www.stadtapotheke-heppenheim.de](http://www.stadtapotheke-heppenheim.de)