

Was tun bei ...

Mittelohrentzündung

Homöopathie und Naturheilkunde

Annette Kerckhoff
Sigrid Kruse

KVC | VERLAG

Inhalt

Einleitung.....	1
-----------------	---

Die Mittelohrentzündung (*Otitis media*)

Anatomie des Ohres.....	5
Formen der Mittelohrentzündung.....	7
Komplikationen	9
Ursachen und Voraussetzungen	11
Krankheitserreger.....	11
Kalte Jahreszeit.....	12
Schwache Abwehrlage.....	12
Seelische Belastungen	13
Anfällige Konstitution	13

Naturheilkundliche Vorbeugung

Bewegung.....	15
Ernährung.....	16
Vitamin C-reich – Zitrone, Kartoffel und Sanddorn	16
Energiespender Honig	18
Senföle und Schwefelstoffe – Kohl und Zwiebeln	19
Schlaf	25

Abhärtung	28
Wasseranwendungen	28
Unterwäsche und Mütze	28
Warme Füße	29
Kinder und Sauna.....	31
Regeln für den Saunabesuch	33
Wohlbefinden und Immunsystem	34
Pflege der Nasenschleimhaut	37
Fußmassage.....	39

Die konventionelle Behandlung

Medikamentöse Therapie	43
Mögliche Probleme der konventionellen Therapie	45

Homöopathie bei Mittelohrentzündung

Der Tipp aus der Wissenschaft.....	49
Die Homöopathie	52
Grundprinzipien.....	52
Beispiele <i>Aconitum</i> , <i>Belladonna</i> und <i>Apis</i>	53
Herstellungsverfahren	55
Besonderheiten	56
Darreichungsformen.....	57

Ausgewählte Arzneimittel	60
<i>Aconitum napellus</i> (Eisenhut)	60
<i>Belladonna</i> (Tollkirsche)	61
<i>Pulsatilla pratensis</i> (Wiesenküchenschelle) ...	63
<i>Apis mellifica</i> (Honigbiene)	65
<i>Chamomilla</i> (Echte Kamille)	66
<i>Ferrum phosphoricum</i> (Eisenoxidphosphat)...	67
Homöopathische Selbsthilfe bei akuter Mittelohrentzündung	69
Die Wahl des richtigen Mittels	69
Fragen und Antworten zur homöo- pathischen Selbsthilfe	71
Wegweiser zur Mittelfindung	75
<u>Was man noch tun kann</u>	
Nasentropfen, Nasensprays und Nasenöle	85
Hohe Trinkmenge	86
Zwiebelwickel	87
Ohrentropfen	90
Literatur	91
Die Autorinnen	94

Einleitung

Die akute Mittelohrentzündung (*Otitis media*) ist eine der häufigsten Infektionserkrankungen im Kindesalter. Kinder in einem Alter von einem halben Jahr bis sechs Jahren sind am meisten davon betroffen. Besonders in den Wintermonaten von Dezember bis März tritt die Mittelohrentzündung vermehrt auf.

In vielen Fällen greifen Kinderärzte noch immer zu Antibiotika bei der Behandlung einer Mittelohrentzündung. Grund dafür ist die Tatsache, dass die Erkrankung gefährliche Komplikationen haben kann. Neuere Empfehlungen schränken den Gebrauch von Antibiotika ein und raten eher zu einer Schmerztherapie und anderen symptomatischen Maßnahmen (z. B. abschwellende Nasentropfen) für die ersten 48 Stunden¹.

Insbesondere bei leichteren Formen der Mittelohrentzündung gibt es Behandlungsalternativen aus dem Bereich der Naturheilkunde und der Homöopathie. Ebenso sinnvoll ist die Überlegung,

¹ http://www.degam.de/files/Inhalte/Leitlinien-Inhalte/Dokumente/DEGAM-S3-Leitlinien/LL-07_Ohrenschermerzen_Langfassung_20141222.pdf

die ärztliche Behandlung mit Antibiotika durch naturheilkundliche Maßnahmen zu unterstützen. Die Carstens-Stiftung hat bereits in den 1990er Jahren eine Studie gefördert, welche ein homöopathisches Therapiekonzept mit der konventionellen Therapie vergleicht. Die Ergebnisse lassen den Schluss zu, dass die homöopathische Behandlung eine ernstzunehmende Alternative zur konventionellen Behandlung darstellt, solange der Schweregrad der Erkrankung und die Gesamtverfassung des Patienten berücksichtigt werden.

Der vorliegende Ratgeber richtet sich bewusst an medizinische Laien. Er möchte das Krankheitsbild der Mittelohrentzündung, die konventionelle Therapie und die geprüfte homöopathische Therapie vorstellen. Daneben werden eine Reihe von Maßnahmen zur Vorbeugung wie auch begleitende Selbsthilfemaßnahmen aus dem Bereich der Volks-, Pflanzen- und Naturheilkunde vorgeschlagen.

Unser Ratgeber richtet sich an Eltern, die eine unkompliziert verlaufende Erkrankung selbst begleiten wollen. Bitte beachten Sie aber, dass dieses Buch auf keinen Fall den Arztbesuch ersetzen kann. Wenn sich die Beschwerden Ihres

Kindes nach 24–48 Stunden nicht gebessert haben, sollten Sie unbedingt zum Kinderarzt gehen. Sprechen Sie mit dem Kinderarzt darüber, ob und wie Sie die ärztliche Behandlung mit den hier vorgestellten Maßnahmen unterstützen können.

Ursachen und Voraussetzungen

Krankheitserreger

Ursache für die akute Mittelohrentzündung sind verschiedene Krankheitserreger. Dazu gehören Viren oder Bakterien wie Streptokokken, Staphylokokken und Pneumokokken. Sie steigen durch den Nasen-Rachenraum und die Eustachische Röhre ins Mittelohr auf. Durch einen Verschluss der Röhre können sich die Krankheitserreger, die immer in geringem Maße vorhanden sind und von der körpereigenen Abwehr unter Kontrolle gehalten werden, so vermehren, dass sie die Erkrankung auslösen.

Begünstigend für die Ausbreitung derartiger Erreger ist die schlechte Belüftung der Kopfhöhlen und des Mittelohres, d. h. eine verstopfte Nase. Denn dadurch entsteht ein Klima im Mittelohr, bei dem Erreger besonders gut gedeihen können.

Aus naturheilkundlicher Perspektive gibt es noch eine Reihe anderer Faktoren, die den Ausbruch der Erkrankung begünstigen können.

Kalte Jahreszeit

Wie schon erwähnt, treten Mittelohrentzündungen bevorzugt im Winter auf. Gerade in der kalten Jahreszeit und bei nasskaltem Wetter ist also besondere Vorsicht geboten.

Die Unterkühlung am Kopf kann eine Erkältung oder auch Ohrenschmerzen begünstigen, insbesondere, wenn es sich um feuchte Kälte handelt, beispielsweise, wenn die Haare durch Regen, Schnee oder nach dem Schwimmunterricht feucht geworden sind. Auch an kalte Zugluft ist hier zu denken.

Mindestens genauso wichtig wie der Kopf sind die Füße, die eine weitaus größere Beziehung zum Kopf haben, als man annehmen möchte. So können kalte Füße Erkältungen oder Ohrenschmerzen nach sich ziehen.

Schwache Abwehrlage

Eine schwache Abwehrlage und allgemeine Infektionsanfälligkeit begünstigt die Ausbreitung von Krankheitserregern. Eindringende Erreger können nicht angemessen abgewehrt werden und führen dadurch zu infektiös bedingten Erkrankungen.

Seelische Belastungen

Nicht zuletzt ist an seelische Belastungen zu denken, die auch bei der Mittelohrentzündung eine Rolle spielen können – zumindest ist es sinnvoll, über einen möglichen Zusammenhang nachzudenken. Es gibt durchaus Beobachtungen von Kinderärzten, dass Kinder mit gehäuften Ohrenschmerzen innerlich „abschalten“ und nicht „hören wollen“, vielleicht auch einmal nicht *das* hören wollen, *was* sie hören. Fassen Sie diese Bemerkung als Anregung auf, und fragen Sie nach, ob es in letzter Zeit im häuslichen Rahmen, im Kindergarten oder in der Schule Lärm oder Streit gab.

Anfällige Konstitution

Manche Menschen haben eine anfällige Konstitution für Erkrankungen der Schleimhäute. Wenn dies auch in der gegenwärtigen Medizin selten zum Ausdruck kommt, bringt doch jeder Mensch eine andere Konstitution mit. Dies bedeutet auch, dass im Hinblick auf bestimmte Erkrankungen eine besondere Anfälligkeit vorliegt. Der Eine neigt zu Allergien, der Nächste zu rheumatischen Erkrankungen und der Dritte

schließlich zu Erkrankungen der Atemwege oder des Hals-Nasen-Ohrenbereiches.

Auch in der Homöopathie, die im Folgenden noch ausführlicher dargestellt wird, gilt es als Selbstverständlichkeit, dass manche „Konstitutionstypen“ eher zu Erkrankungen der Ohren neigen als andere.



Wenn Ihr Kind immer wieder Ohrenschmerzen bekommt, hat es offenbar eine Konstitution, die hier eine gewisse Schwäche aufweist. Die Homöopathie geht im Rahmen einer Konstitutionsbehandlung gezielt auf derartige Erkrankungsneigungen ein. Daher sollte der Besuch bei einem klassisch arbeitenden homöopathischen Arzt in Erwägung gezogen werden.

Naturheilkundliche Vorbeugung

Eine schwache Abwehrlage ist eine wesentliche Ursache für Infekte der oberen Atemwege bzw. daraus resultierende Mittelohrentzündungen. Daher ist ein wichtiger Ansatz der Naturheilkunde, gerade dann, wenn ein Kind dazu neigt, immer wieder unter Ohrenschmerzen zu leiden, das Immunsystem zu stärken.

Bewegung

Schulkinder verbringen den Morgen sitzend. Umso wichtiger ist es, am Nachmittag Bewegung einzuschieben. Denn Bewegung stärkt das Immunsystem, gerade Bewegung an der frischen Luft: Die Infektanfälligkeit lässt nach, das allgemeine Wohlbefinden wird deutlich gesteigert.



Bewegung ist gut! Bewegung an der frischen Luft und bei Tageslicht ist besser – mäßig, aber regelmäßig!

Extreme körperliche Belastung kann dagegen das Immunsystem belasten.