

# VOLKSKRANKHEIT NASENNEBENHÖHLEN- ENTZÜNDUNG

Die Sinusitis ist weit verbreitet und wird doch häufig nicht ernst genommen



Foto: © SiefPro - stock.adobe.com

Nasennebenhöhlenentzündungen werden häufig nicht ernst genommen, sind inzwischen aber schon so häufig, dass sie sogar als Volkskrankheit bezeichnet werden.

**Nasennebenhöhlenentzündungen (Sinusitis) sind so häufig, dass sie sogar als Volkskrankheit bezeichnet werden: Viele Erwachsene erkranken mindestens einmal im Jahr daran. In den Statistiken ist die Sinusitis zuverlässig unter den 15 häufigsten Gründen für eine vorübergehende Arbeitsunfähigkeit anzutreffen.**

Im Normalfall sollten die Beschwerden nach maximal 14 Tagen abgeklungen sein. Heilt eine Sinusitis nicht richtig aus, können die Infektionen allerdings wiederkehren. Halten die Beschwerden länger als zwölf Wochen nach einer medikamentösen Therapie an, spricht man von einer chronischen Sinusitis. Die Nasennebenhöhlen (lat. Sinus paranasales) sind luftgefüllte Schleimhaut-Aussackungen der Nasenhöhle. Man unterscheidet die jeweils paarigen Kieferhöhlen (Sinus maxillaris), Stirnhöhlen (Sinus frontalis), Keilbeinhöhlen (Sinus sphenoidalis) und die zwischen den Augenhöhlen gelegenen Siebbeinzellen (Cellulae ethmoidales). Die Nasennebenhöhlen sind mit der Nasenhöhle durch enge Öffnungen verbunden und mit einer Flimmerhärchen-Schleimhaut ausgekleidet. Die Härchen befördern das Nasensekret zur Reinigung der Schleimhaut in Richtung Rachen. Damit werden Erreger oder Schadstoffe, die in die Nase gelangt sind, abtransportiert, um später von der Magensäure unschädlich gemacht zu werden. Die Nasenhöhle und die Nasenne-

benhöhlen erwärmen unsere Atemluft, sie reinigen sie und feuchten sie an und fungieren als eine Art „Klimaanlage“.

## Ursachen der Sinusitis

Die häufigste Ursache für eine Nasennebenhöhlenentzündung (Sinusitis) ist ein infektiöser Schnupfen. Dabei versucht die Nase, eingedrungene Viren oder Bakterien durch eine vermehrte Schleimproduktion auszuspülen. Wenn die Schleimhäute aber so gereizt und angeschwollen sind, dass der Schleim nicht mehr abfließen kann, verschließen sich die Öffnungen zur Nasenhöhle, sodass es zum Sekretstau in den Nasennebenhöhlen kommt: eine ideale Voraussetzung für eine Vermehrung der Erreger, da der normale Belüftungsmechanismus der Nase gestört ist. In der Folge entsteht häufig eine Nasennebenhöhlenentzündung. Sind dann alle Nasennebenhöhlen betroffen, spricht man nicht mehr von einer Sinusitis, sondern von einer Pansinusitis. Zu den Risikofaktoren zählen ein ge-

schwächtes Immunsystem, aber auch anatomische Besonderheiten wie eine verkrümmte Nasenscheidewand oder verengte Nebenhöhleneingänge. Außerdem können Veränderungen der Nasenschleimhaut, beispielsweise Polypen oder Zahnerkrankungen, zu einer Sinusitis führen. Selten sind die Ursachen in starken Druckschwankungen wie beim Tauchen oder Fliegen zu finden.

## Erste Anzeichen

Eine akute Nasennebenhöhlenentzündung macht sich meist durch eine verstopfte Nase bemerkbar. Das Atmen durch die Nase ist erschwert und der Geruchssinn ist eingeschränkt. Hinzu kommen meist Abgeschlagenheit sowie ein Druckgefühl im Kopf und Berührungsempfindlichkeit des Gesichts im Bereich der betroffenen Nebenhöhlen. Oft verstärken sich die Beschwerden beim Bücken. Wenn die Entzündung der Kieferhöhlen auf einen Zahnnerv drückt, resultieren Zahnschmerzen. Am häufigsten sind bei einer Nebenhöhlenentzündung die Siebbeinzellen und die Kieferhöhlen betroffen, seltener die Stirnhöhlen und die Keilbeinhöhlen.

## Nicht abwarten

Wenn die Beschwerden länger als etwa fünf bis sieben Tage andauern, immer wiederkehren oder das Fieber über 39 Grad Celsius ansteigt, sollte man den HNO-Arzt aufsuchen. Wichtig ist es, vorzeitig einer Chronifizierung entgegenzuwirken und zwar seltene, aber dafür ernste Komplikationen zu verhindern. Wird eine anhaltende eitrige Nasennebenhöhlenentzündung nicht fachgerecht behandelt, dann können Komplikationen durch eine Ausbreitung der Entzündung auftreten. Dies können leichte Entzündungen der angrenzenden Knochenhaut, aber auch schwere Entzündungen des umliegenden Knochen- und Weichteilgewebes, wie eine Entzündung des Stirnbeins, sein. In seltenen Fällen können ernsthafte Komplikationen wie eine Fortsetzung der Entzündung in die Augenhöhlen