

Ohren unter Druck

Im Flugzeug haben die Ohren durch den wechselnden Kabinendruck einiges zu tun. Darf man auch mit Erkältung fliegen? Ist Nasenspray ein Geheimtipp? Wann sollte ich zum Arzt?

Raus aus dem Regen, der Sonne entgegen! Doch wer vor dem Urlaub krank geworden ist, der macht sich auch Sorgen: Darf ich überhaupt fliegen, halten meine Ohren das aktuell aus? „Eine berechnete Frage“, meint Prof. Dr. Joachim Hornung, leitender Oberarzt der Hals-Nasen-Ohren-Klinik - Kopf- und Halschirurgie (Direktor: Prof. Dr. Dr. h. c. Heinrich Iro) des Universitätsklinikums Erlangen. Der HNO-Arzt erklärt, welche Tricks es gibt, wenn der körpereigene Druckausgleich nicht mehr klappt, wann man lieber am Boden bleiben sollte, ob Kinderohren besonders empfindlich sind und welche Regeln für Taucher gelten.

Es drückt beim Abheben und es drückt bei der Landung. Wer fliegt, kennt das dumpfe Gefühl auf dem Trommelfell. „Während des Starts und beim Steigflug nimmt der Kabinendruck im Flugzeug ab“, erklärt Prof. Hornung das Phänomen. „Im Verhältnis dazu herrscht im Mittelohr dann zu viel Druck. Beim Landeanflug ist es genau umgekehrt.“ Hauptakteur bei diesem Hin und Her ist das Trommelfell: Aufgrund des wechselnden Drucks wölbt es sich nach innen oder außen. „Meist ist uns schon durch Schlucken oder Gähnen geholfen. Dann nämlich strömt Luft über das Gaumensegel und die Ohrtrompete ins Mittelohr und das Trommelfell wird entlastet“, beschreibt der HNO-Arzt den natürlichen Prozess. Klappt der Ausgleich nicht auf Anhieb, hilft noch das sogenannte Valsalva-Manöver: Nase zuhalten und bei geschlossenem Mund versuchen, durch die Nase auszuatmen.

SOS-Trick Nasenspray

Wer nun erkältet ist, muss vor dem Fliegen aufmerksam sein: „Wem der Druckausgleich nicht gelingt, der sollte eigentlich nicht fliegen“, sagt Prof. Hornung. „Denn im schlimmsten Fall kann es zu geplatzten Äderchen im Ohr kommen, zu bleibenden Hörschäden und bei Vorbelastungen sogar zum Reißen des Trommelfells.“ Ein kleiner Notfalltrick ist das Nasenspray: Es lässt die Schleimhäute der Nase anschwellen und kann den Druckausgleich für kurze Zeit wieder ermöglichen. „Bitte vor dem Fliegen prüfen, ob das klappt“, rät Prof. Hornung. „Wenn ja, dann sollte das Spray jeweils eine Stunde vor Start und Landung verwendet werden. Hilft auch das nicht, rate ich vom Fliegen ab.“ Wer sich nicht sicher ist und vor dem Abflug noch etwas Zeit hat, bespricht sich am besten mit seinem HNO-Arzt.

Im Flugzeug mit den Kleinen

Kinder sind übrigens nicht anfälliger für den Ohrendruck im Flugzeug als Erwachsene. Aufgrund ihrer sich noch entwickelnden Anatomie fällt ihnen allerdings der Druckausgleich manchmal schwerer. Mit Trinken oder Bonbonlutschen kann der natürliche Öffnungsmechanismus der Ohrtrompete aber gut angeregt werden. Kinder, die häufiger Probleme mit ihren Ohren haben, sollten vor einer Reise von einem HNO-Arzt durchgecheckt werden.

Besondere Vorsicht beim Tauchen

Soll es im Urlaub nicht nur in die Lüfte, sondern auch in die Tiefe gehen, gilt besondere Vorsicht.

„Wer vor dem Tauchgang keinen Druckausgleich machen kann, der darf nicht tauchen – auch nicht mit Nasenspray“, mahnt Prof. Hornung. „Das könnte unter Umständen sogar tödlich ausgehen. Und: Wer zuvor noch nie getaucht ist, muss sich im Vorfeld von seinem HNO-Arzt untersuchen lassen, um mögliche Beeinträchtigungen abzuklären.“