

Wasser im Ohr: So befreien Sie sich schnell und sicher!

Erfahren Sie, wie Sie Wasser im Ohr effektiv entfernen, Risiken erkennen und vorbeugen können – nützliche Tipps und Methoden.



Ostsee, Deutschland - Wasser im Ohr kann eine unangenehme Situation darstellen, vor allem wenn es während des Schwimmens oder Duschens ins Ohr gelangt. Insgesamt entsteht Wasser im Ohr, wenn Flüssigkeit in den Gehörgang eindringt und bis zum Trommelfell vordringt. Dies kann das Hören erschweren und möglicherweise schmerzhaftes Ohrinfektionen zur Folge haben. Experten von der Ostsee-Zeitung berichten, dass der Gehörgang aufgrund seiner verwinkelten Struktur anfällig für Wasseransammlungen ist, insbesondere wenn Ohrenschmalz vorhanden ist.

Typische Warnzeichen für Wasser im Ohr sind ein dumpfes Hörempfinden, Druckgefühle oder Schmerzen. Obwohl Wasser

an sich ungefährlich ist, können Bakterien im Wasser eine gesundheitliche Gefahr darstellen, die zu ernsthaften Ohrentzündungen führen kann. In der Regel gilt: Je länger das Wasser im Ohr bleibt, desto größer ist das Risiko einer Entzündung, auch bekannt als „Bade-Otitis“. Diese Form der Entzündung wird häufig durch das Eindringen von Bakterien, Viren oder Pilzen verursacht und führt zu Schmerzen und Hörproblemen.

Methoden zur Entfernung von Wasser

Mehrere Methoden stehen zur Verfügung, um Wasser aus dem Ohr zu entfernen. Experten raten dazu, auf einem Bein zu hüpfen und den Kopf zur Seite zu neigen, um das Wasser herauszuschütteln. Das Zupfen am Ohrläppchen während der Kopfneigung kann ebenfalls helfen, die Flüssigkeit in Bewegung zu bringen. Eine weitere Methode besteht darin, Unterdruck im Ohr zu erzeugen, indem die Hand auf die Gehörmuschel gelegt und ruckartig losgelassen wird. Auch das Föhnen mit einem Föhn auf niedrigster Stufe und in einem Abstand von 30 cm kann das Wasser zum Verdampfen bringen.

Dennoch sollten Wattestäbchen vermieden werden, da sie das Ohrenschmalz weiter hineindrücken und die Ohren austrocknen können. Experten warnen, dass übermäßige Nutzung zu Ohrenschmalzpfofen führen kann, die dann ärztlich entfernt werden müssen.

Vorbeugung und ärztliche Hilfestellung

Zur Vorbeugung von Wasser im Ohr empfehlen sich beispielsweise das Tragen von Schwimmschutz, idealerweise aus allergietestetem Silikon, um den Gehörgang abzudichten. Für aktive Schwimmer sind individuell angefertigte Ohrstöpsel ratsam. Sollte dennoch Wasser im Ohr verbleiben und ein unangenehmes Gefühl persistieren, ist es ratsam, einen HNO-Arzt aufzusuchen. Anzeichen wie anhaltendes Knacken oder Rauschen im Ohr, die trotz Selbsthilfemaßnahmen nicht

verschwinden, sollten ebenfalls ärztlich abgeklärt werden.

Zusätzlich wird empfohlen, vor einem Flug den Gehörgang von einem HNO-Arzt prüfen zu lassen, um mögliche Druckausgleichsprobleme zu vermeiden. Bei längerem Verweilen von Wasser im Ohr drohen Entzündungen, weshalb schnelles Handeln entscheidend ist.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Wasser im Ohr zwar in der Regel nicht gefährlich ist, jedoch unangenehme Symptome hervorrufen kann. Eine frühzeitige Behandlung und geeignete Maßnahmen zur Vorbeugung sind daher wichtig, um die Gesundheit der Ohren zu gewährleisten. Für weitere Informationen und detaillierte Anleitungen, wie man mit Wasser im Ohr umgehen kann, bieten die Seiten der Ostsee-Zeitung und der AOK wertvolle Tipps und Ratschläge.

Für mehr Details besuchen Sie **Ostsee-Zeitung** und **AOK**.

Details	
Vorfall	Sonstiges
Ort	Ostsee, Deutschland
Quellen	• www.ostsee-zeitung.de • www.aok.de

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de