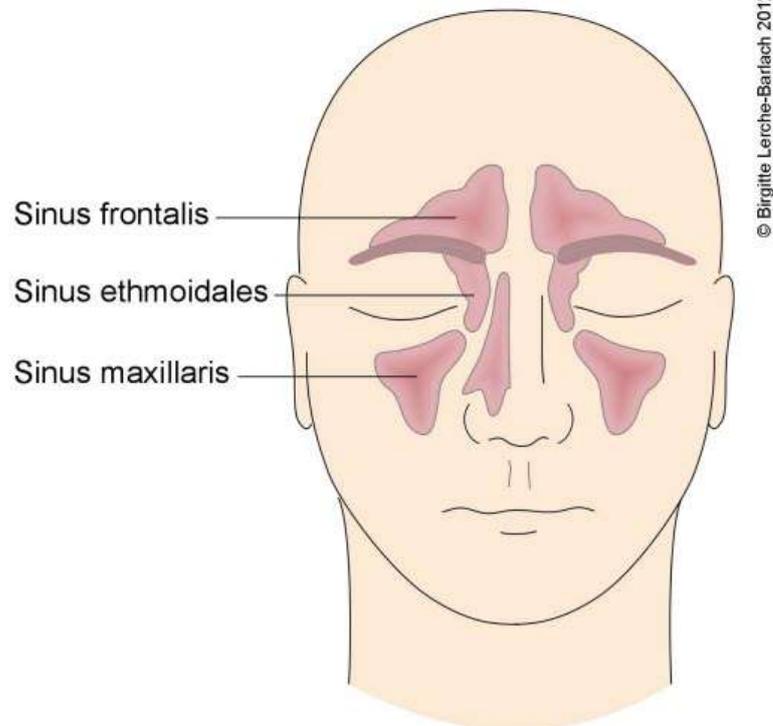


Akute Sinusitis (Nasennebenhöhlenentzündung)

Fakten

- Bei den Nasennebenhöhlen handelt es sich um Hohlräume in den die Nase umgebenden Knochen, die über eine enge Öffnung mit der Nasenhöhle verbunden sind.
- Bei der Sinusitis liegt eine Entzündung der Schleimhäute in einigen oder allen Nasennebenhöhlen vor.
- Eine akute Sinusitis ist meist die Folge einer Erkältung; sie kommt häufig vor.
- Typische Symptome sind eine verstopfte Nase, Schmerzen oder ein Druckgefühl oberhalb der Augen oder neben der Nase und/oder Zahnschmerzen im Oberkiefer, auf beiden Seiten oder einseitig. Viele Patienten haben ein ausgeprägtes Krankheitsgefühl und Fieber.
- In etwa 60–80 % der Fälle heilt eine Sinusitis auch ohne Behandlung innerhalb von 14 Tagen aus; 90 % sind nach 6 Wochen geheilt.
- Zur Therapie eignen sich abschwellende Nasensprays oder -tropfen (maximal 10 Tage), Spülungen der Nebenhöhlen mit Salzlösungen, ggf. Schmerzmittel und nur bei schwerem Verlauf bzw. bakterieller Infektion auch Antibiotika.

Was ist eine Sinusitis?



Nebenhöhlen – Übersicht

Die Gesichtsknochen weisen mehrere Hohlräume auf, die über eine Öffnung mit der Nase verbunden sind. Diese Hohlräume werden als Nasennebenhöhlen oder Nebenhöhlen bezeichnet und sind wie die Nase mit einer Schleimhaut ausgekleidet. Zu den Nebenhöhlen gehören die Kieferhöhlen (Sinus maxillaris), die Stirnhöhlen (Sinus frontalis) sowie mehrere kleinere Nebenhöhlen im Bereich der Nasenwurzel (Sinus ethmoidalis und Sinus sphenoidalis).

Bei einer Sinusitis ist die Schleimhaut in diesen Hohlräumen entzündet; sie schwillt an und es wird oft Eiter gebildet. Eine solche Entzündung der Schleimhäute in Nase und Nasennebenhöhlen liegt häufig auch bei einer normalen Erkältung vor. Dies wird jedoch nicht immer bemerkt. Wenn die Entzündung schließlich dazu führt, dass die Verbindung zwischen Nebenhöhle und Nase nicht mehr durchgängig ist und daher Flüssigkeit und Eiter nicht mehr abfließen können, steigt der Druck im Inneren der Nebenhöhle; Schmerzen treten auf.

Viele Patienten mit Schmerzen im Bereich der Nebenhöhlen nehmen Antibiotika ein. Dies ist jedoch nicht immer erforderlich. Laut Studien tritt eine bakterielle Sinusitis nur bei 0,5-2 % aller Personen mit einer Erkältung auf. In den meisten Fällen sind Viren die Auslöser, die sich durch Antibiotika nicht bekämpfen lassen. Ein Druckgefühl im Bereich der Nebenhöhlen ist eine häufige Begleiterscheinung von Erkältungen und bedeutet also nicht unbedingt, dass sich die Heilung durch die Einnahme von Antibiotika beschleunigen lässt.

Da bei sehr kleinen Kindern noch nicht alle Nebenhöhlen vollständig entwickelt sind, kann die Erkrankung hier etwas anders als bei Erwachsenen verlaufen. Nasennebenhöhlenentzündungen treten meist im Winter auf; Schätzungen zufolge leiden jedes Jahr rund 14,5 Millionen Menschen in Deutschland daran.

Symptome

In der Regel tritt eine akute Sinusitis in Verbindung mit einer normalen oder besonders langwierigen Erkältung auf. Typische Symptome sind Schmerzen oder ein Druckgefühl oberhalb der Augen oder neben der Nase. Viele Patienten berichten auch von Zahnschmerzen im Bereich des Oberkiefers. Die aufgrund der Entzündung verstopfte Nase kann zu einer veränderten Stimme führen.

Typischerweise verstärken sich die Schmerzen bzw. das Druckgefühl, wenn Sie sich nach vorn beugen. Häufig sind die Schmerzen morgens eher leicht ausgeprägt und nehmen zum Nachmittag und Abend hin zu. Vor allem auf der schmerzenden Seite kann ein dickflüssiges, unangenehm riechendes Sekret aus der Nase fließen. Häufig ist der Geruchssinn eingeschränkt. Viele Patienten klagen auch über Kopf- und Ohrenscherzen, Halsschmerzen und Husten.

Neben Erkältungen kann eine Sinusitis auch durch Komplikationen einer Zahnbehandlung oder Infektionen in Zähnen des Oberkiefers verursacht sein. Typisch für diese Form der Erkrankung sind starke einseitige Schmerzen und ein fauliger Geruch.

Für eine bakterielle Infektion sprechen hohes Fieber und ein schlechter Allgemeinzustand, eine Dauer der Erkältungssymptome von 10-14 Tagen *ohne Besserung* oder eine Zunahme der Schmerzen nach 5-7 Tagen.

Ursache

Wenn infolge einer Virusinfektion der Atemwege auch die Schleimhaut in den Nasennebenhöhlen anschwillt, wird die ansonsten gute Luftzufuhr zwischen Nase und Nebenhöhlen beeinträchtigt. Im Verlauf können die Verbindungsgänge zwischen Nase und Nebenhöhlen ganz verschlossen sein. Dies führt dazu, dass Schleim, Viren und Bakterien nicht mehr aus den Nebenhöhlen abtransportiert werden und der Druck in diesen steigt. Dies erklärt, warum sich die knöchernen Strukturen, die die Nebenhöhlen umgeben, schmerzen und druckempfindlich sind.

Wenn die Schleimhäute aufgrund einer allergischen Rhinitis geschwollen sind, kann dies eine besondere Anfälligkeit für Nebenhöhlenentzündungen mit sich bringen. Dies gilt auch für Personen, bei denen die Verbindungskanäle zwischen Nebenhöhlen und Nase besonders eng sind (z.B. wegen einer schiefen Nasenscheidewand oder Nasenpolypen).

Wie wird die Erkrankung diagnostiziert?

In der Regel wird die Diagnose aufgrund des typischen Krankheitsverlaufs und der Symptome gestellt. Die ärztliche Untersuchung umfasst meist eine Begutachtung der Nasenhöhlen, bei der auch geprüft wird, ob aus der Nase Eiter austritt. Durch vorsichtiges Beklopfen oder Drücken der Nebenhöhlen wird festgestellt, ob eine Druckempfindlichkeit vorliegt.

Darüber hinaus können Blutuntersuchungen erforderlich sein: Dabei wird kontrolliert, ob die Entzündungsparameter (CRP-Wert) und die Blutsenkungsgeschwindigkeit (BSG-Wert) erhöht sind. Bei einer schweren Infektion deuten stark erhöhte Werte für BSG und CRP auf eine bakterielle Sinusitis hin. Diese beiden Werte sind allgemein bei bakteriellen Infekten besonders deutlich erhöht.

Da auch die ärztliche Untersuchung und Bluttests oft keine zweifelsfrei sichere Unterscheidung von bakterieller und viraler Infektion ermöglichen, bleibt diese Unterscheidung oft unsicher.

Röntgen, Ultraschall oder Computertomografie (CT) sind jedoch nur bei einem sehr langwierigen oder schweren Verlauf erforderlich. Von diesen Methoden bietet die CT-Untersuchung die höchste Genauigkeit. Da sie jedoch mit hohem Zeitaufwand und starker Röntgenstrahlung einhergeht, kommt sie nur in Ausnahmefällen zum Einsatz. Eine weitere Methode zur Untersuchung der Nebenhöhlen ist die Magnetresonanztomografie (MRT), die jedoch ebenfalls nur sehr selten bei Sinusitis zum Einsatz kommt.

Die sicherste Methode zum Nachweis einer bakteriellen Infektion ist die Punktion einer Nebenhöhle, bei der diese auf Eiter untersucht wird. Dieses Verfahren wenden Ärzte jedoch nur an, wenn sich sonst keine sichere Diagnose stellen lässt bzw. die versuchten Therapien erfolglos bleiben.

Bei wiederkehrenden Nasennebenhöhlenentzündungen wird ggf. eine Röntgenuntersuchung veranlasst, um eine sichere Diagnose stellen zu können.

Wie wird die Erkrankung behandelt?

Eine Nasennebenhöhlenentzündung verursacht häufig starke Schmerzen. Diese lassen sich mit Paracetamol und Ibuprofen wirksam lindern. Diese schmerzstillenden Medikamente können in diesem Fall durchaus über einen etwas längeren Zeitraum eingenommen werden.

Außerdem empfehlen sich abschwellende Nasensprays oder -tropfen, die Sie rezeptfrei in der Apotheke erhalten. Diese Medikamente führen dazu, dass die Schwellung der Schleimhäute abklingt und der Verbindungskanal zwischen Nebenhöhle und Nase wieder durchgängiger wird. Abschwellende Nasensprays oder -tropfen dürfen nicht länger als zehn Tage hintereinander angewendet werden, da sie anderenfalls die Nasenschleimhaut schädigen können. Eine mögliche Alternative sind kortisonhaltige Nasensprays oder -tropfen, die

ebenfalls rezeptfrei erhältlich sind. Diese Medikamente wirken entzündungshemmend und können über einen längeren Zeitraum angewendet werden.

Bei einer leichten Nebenhöhlenentzündung empfiehlt es sich, den Kopf beim Schlafen etwas erhöht zu lagern. Außerdem können Sie die Beschwerden lindern, indem Sie Ihre Nase ein- bis zweimal täglich mit Kochsalzlösung spülen. Zu diesem Zweck bieten z. B. Apotheken spezielle Nasenduschen an. Bei Heuschnupfen empfiehlt sich in der Pollensaison die Einnahme von Antihistaminika. Hierbei handelt es sich um antiallergische Wirkstoffe, die einer allergisch bedingten Entzündung der Nasenschleimhaut entgegenwirken.

Wenn der Verdacht auf eine bakterielle Infektion vorliegt, werden häufig Antibiotika wie Penicillin verschrieben. Studien deuten jedoch darauf hin, dass Antibiotika bei einer Nebenhöhlenentzündung nur von geringem Nutzen und daher häufig überflüssig sind. Selbst bei einer bakteriellen Nebenhöhlenentzündung unterscheidet sich der Heilungserfolg durch Antibiotika nur sehr geringfügig von dem durch Placebopräparate oder ganz ohne Medikamente. Bei einem besonders langwierigen oder schweren Verlauf kann es ggf. erforderlich sein, die betroffenen Nasennebenhöhlen mit einem kleinen Stich zu eröffnen und zu spülen. Ein solcher kleiner chirurgischer Eingriff wird von Hals-Nasen-Ohren-Ärzten vorgenommen.

Bei einem chronischen Verlauf und immer wieder auftretenden Beschwerden ist ggf. eine Operation sinnvoll, damit Sekret aus den Nebenhöhlen künftig besser abfließen kann. Bei einigen Patienten sorgt ggf. auch die operative Korrektur einer verkrümmten Nasenscheidewand oder die Entfernung von Wucherungen der Nasenschleimhaut (Polypen) für Abhilfe.

Prognose

Bei den meisten Patienten heilt eine Nasennebenhöhlenentzündung auch ohne Antibiotika gut aus. Nasentropfen und/oder schmerzstillende Medikamente zeigen in aller Regel eine gute Wirkung.

In den meisten Fällen sind Antibiotika nicht erforderlich bzw. überflüssig, sie sind in der Regel nur bei schweren bzw. sehr langwierigen bakteriellen Infektionen mit hohem Fieber sinnvoll oder wenn z.B. andere beeinträchtigende Krankheiten vorliegen. Wenn allerdings eine bakteriell verursachte Nebenhöhlenentzündung einen schweren Verlauf nimmt und nicht behandelt wird, kann dies bleibende Schäden an der Schleimhaut von Nase und Nebenhöhlen verursachen. In sehr seltenen Fällen kann sich eine akute Sinusitis unbehandelt auch in Gewebe rund um das Auge oder die Hirnhäute und das Gehirn ausbreiten.

Viele Patienten neigen nach ausgestandener Nebenhöhlenentzündung dazu, bei späteren Erkältungen erneut Symptome zu entwickeln. Wenn dies also nicht Ihre erste Nebenhöhlenentzündung ist, kann eine vorbeugende Anwendung abschwellender Nasensprays oder -tropfen bei beginnendem Schnupfen/Husten sinnvoll sein. Weitere Linderung können Sie sich verschaffen, indem Sie den Kopf beim Schlafen etwas höher als normal lagern, wenn Sie erkältet sind.

Quelle: <https://deximed.de/home/klinische-themen/hals-nase-ohren/patienteninformationen/nebenhoehlen/nasennebenhoehlenentzuendung-sinusitis-akut/>