

Große und kleine Schnupfennasen:

Warum man manchmal die Nase voll hat

Die akute Rhinitis zählt zu den häufigsten Infektionskrankheiten des Menschen. Kinder erkranken bis zu zehnmal im Jahr, Erwachsene ein- bis dreimal. Jeder Schnupfen trainiert das Immunsystem, um den Körper für die Invasion der Viren zu wappnen. Das betrifft vor allem Kinder im Kindergartenalter. Bei ihnen kann sogar ein Schnupfen den anderen ablösen, oft mehrmals hintereinander. Denn es gibt zahlreiche Erreger, die eine Erkältung auslösen können.

Die häufigste Ursache für den akuten Schnupfen ist eine Virusinfektion. „Es gibt mehr als 200 verschiedene, heute bekannte Erkältungsviren, vor allem Rhinoviren“, erklärt Wolfgang Prammer vom Institut für Hygiene und Mikrobiologie, Infektiologie und Tropenmedizin, am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Allein von diesen Erregern gibt es mehr als hundert verschiedene Typen. Aber auch Adeno-, Myxo-, Paramyxo-, Echo-, Coxsackie- und Parainfluenzaviren können Schnupfen verursachen. Diese Viren können wir mittlerweile mittels Nasenabstrich nachweisen.“

Von einem zum anderen

Die Schnupfenerreger werden beim Sprechen, Niesen oder Schnäuzen durch die sogenannte Tröpfcheninfektion übertragen und über Hände, Taschentücher, Türklinken oder Spielsachen immer weitergegeben. „Zu einer Entzündung der Nasenschleimhaut kommt es bei einer Ansteckung aber nur, wenn deren Abwehrfunktion gestört ist“, klärt Thomas Rasse von der HNO-Abteilung am Klinikum Wels-Grieskirchen auf. „Zum Beispiel Austrocknung beeinträchtigt die Beweglichkeit der feinen Flimmerhärchen auf der Schleimhaut und diese können dann die Krankheitserreger mit dem Sekret nicht abtransportieren.“

Dadurch kommt es leichter zu einer Infektion der Nasenschleimhaut.“ Die Inkubationszeit eines Virusschnupfens beträgt einige Stunden bis zu zwei Tage. Aber auch Bakterien können einen Schnupfen verursachen: Sie vermehren sich vor allem auf der durch einen viralen Schnupfen geschädigten Nasenschleimhaut. Dann spricht man von einer bakteriellen Superinfektion.

Wenn die Nase läuft

Die Entzündung der Nasenschleimhaut verursacht eine Erweiterung der Blutgefäße und eine Erhöhung der Gefäßdurchlässigkeit für Flüssigkeit. Dadurch kommt es zu einer Flüssigkeitsansammlung in der Schleimhaut und zur vermehrten Sekretproduktion. Deshalb ist die Nase verstopft und läuft. Das zuerst dünnflüssige und später dickere Sekret wird über die Nase und den Nasenrachenraum abtransportiert, wobei die Augen tränen. Geruchs- und Geschmackssinn verschlechtern sich. Die klassischen Schnupfensymptome sowie Kopfschmerzen, Müdigkeit und Konzentrationsschwierigkeiten machen es einem in diesen Tagen nicht leicht.

Damit man wieder durchatmen kann

Beim viralen Schnupfen können nur die Symptome, aber nicht die Ursache selbst, nämlich der Virus, behandelt werden. Schleimhautabschwellende Nasensprays sorgen dafür, dass sich die Gefäße in der Nasenschleimhaut zusammenziehen und man wieder frei durchatmen kann. „Gesprayt werden darf allerdings nur eine Woche lang durchgehend, da sonst ein Gewöhnungseffekt eintritt und die Schleimhaut nicht mehr von selbst abschwellen kann“, informiert Thomas Rasse. „Vor der nächsten Verwendung des Medikaments muss man ihr deshalb eine Regenerationsphase von rund sechs Wochen gönnen.“ Damit der nächste Schnupfen auch garantiert nicht schon vorher kommt, helfen vorbeugend vor allem das Händewaschen vor jeder Nahrungsaufnahme, das Vermeiden von trockener Luft durch Heizung oder Klimaanlage, regelmäßige Bewegung im Freien, eine ausgewogene Ernährung sowie die Reduktion von Stress. Eine gute Therapie für kleine Rotznäschen ist übrigens viel Liebe und Zuwendung durch die Eltern – denn das stärkt das Immunsystem und ist somit ein wirksamer Schutz vor Schnupfenviren.

Bilder und Statements:

©Klinikum Wels-Grieskirchen

OA Dr. Thomas Rasse, Abteilung für Hals-, Nasen- und Ohrenkrankheiten, Klinikum Wels-Grieskirchen

„Zu einer Entzündung der Nasenschleimhaut kommt es bei einer Ansteckung aber nur, wenn deren Abwehrfunktion gestört ist.“

„Zum Beispiel Austrocknung beeinträchtigt die Beweglichkeit der feinen Flimmerhärchen auf der Schleimhaut und diese können dann die Krankheitserreger mit dem Sekret nicht abtransportieren. Dadurch kommt es leichter zu einer Infektion der Nasenschleimhaut.“

„Gesprayt werden darf allerdings nur eine Woche lang durchgehend, da sonst ein Gewöhnungseffekt eintritt und die Schleimhaut nicht mehr von selbst abschwellen kann.“

„Vor der nächsten Verwendung des Medikaments muss man der Nasenschleimhaut deshalb eine Regenerationsphase von rund sechs Wochen gönnen.“



©Klinikum Wels-Grieskirchen

OA Dr. Wolfgang Prammer, Institut für Hygiene und Mikrobiologie, Infektiologie und Tropenmedizin, Klinikum Wels-Grieskirchen

„Es gibt mehr als 200 verschiedene, heute bekannte Erkältungsviren, vor allem Rhinoviren.“

„Allein von diesen Erregern gibt es mehr als hundert verschiedene Typen. Aber auch Adeno-, Myxo-, Paramyxo-, Echo-, Coxsackie- und Parainfluenzaviren können Schnupfen verursachen. Diese Viren können wir mittlerweile mittels Nasenabstrich nachweisen.“

Weiterführende Informationen:

Die Nase

Ihre Hauptaufgabe ist das Ein- und Ausatmen der Luft. Dabei wird kühle Luft erwärmt und angefeuchtet. Nasenhaare und Flimmerhärchen filtern feinste Verschmutzungen aus der Atemluft. Gleichzeitig wird über die Riechschleimhaut der Nase unser Geruchssinn aktiviert.

Risiken durch Schnupfen

- Entzündung der Nebenhöhlen (Sinusitis)
- Mittelohrentzündung (Otitis media)
- Entstehung von Polypen bei häufigen Schnupfenepisoden
- Entwicklung eines chronischen Schnupfens, wenn dieser schlecht abheilt

Warum werden wir nicht immun gegen Schnupfen?

Dass man immer wieder an Schnupfen erkranken kann, liegt daran, dass sich die körpereigene Immunabwehr gegen den falschen Teil der Schnupfenviren richtet: Es wird das Innere der Viren bekämpft und nicht die Hülle, mit der sich die Viren an der Schleimhaut anhaften. Es werden also Antikörper gegen den falschen Teil des Virus gebildet, wodurch keine Immunität entsteht und wir uns immer wieder mit Schnupfenviren infizieren können.

Haben Sie gewusst?

- Das Wort **Nase** kommt ursprünglich vom lateinischen „nasus“.

- Der Begriff „**Erkältung**“ an sich ist eigentlich falsch: Denn nicht die Kälte, sondern nur die Krankheitserreger lösen einen Schnupfen aus.
- Auch für die **Stimmbildung** ist die Nase wichtig, da sie für unsere Tonhöhe ausschlaggebend ist. Leicht zu erkennen am nasalen Ton bei Schnupfen.
- **Schleimhaut-Schutz:** Nasenspülungen mit Salzwasser können vorbeugend gegen das Austrocknen der Nasenschleimhaut wirken.
- Die **Beweglichkeit** der äußeren Nase ist wichtig, um leichte Stöße abzufangen. Wie zum Beispiel beim Schnäuzen oder auch beim Küssen. 😊

Das Klinikum Wels-Grieskirchen – www.klinikum-wegr.at

Als größtes Ordensspital Österreichs ist das Klinikum Wels-Grieskirchen eine Institution der Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz und der Franziskanerinnen von Vöcklabruck. Mit rund 30 medizinischen Abteilungen, 1.227 Betten und rund 3.600 Mitarbeitern ist das Klinikum ein bedeutender Anbieter umfassender medizinischer Versorgung in Oberösterreich. Aufgrund seiner zahlreichen Schwerpunkte und Kompetenzzentren bündelt das Klinikum fachübergreifendes Know-how und ermöglicht interdisziplinäre Diagnosen und Behandlungen zum Wohle der Patienten.

Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 (0)7242 415-93772, Mobil: +43 (0) 699 1416 3772

E-Mail: kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at