

# «Verstopfte Ohren»

Cerumen obturans – ein HNO-Klassiker

**Bei Problemen mit Zeruminalpfropfen kann der Hausarzt oft schnell willkommene Hilfe bringen. Hinweise zu prädisponierenden Faktoren und Verhaltenstipps danach sollten die Konsultation abrunden.**

**HALID BAS**

## Von den Vorzügen des Ohrschmalzes

Viele Menschen begegnen ihrem Ohrschmalz (Zerumen) mit Unlust, hätten am liebsten keinen. Dabei kommt dem Sekret des äusseren Gehörgangs durchaus eine «gute», physiologische Funktion zu. Ohrschmalz besteht aus Sekreten der Zeruminaldrüsen, die den Schweißdrüsen der Axilla ähnlich sind, sowie aus Haarfollikeltalg, der ungesättigte und gesättigte langkettige Fettsäuren, Alkohole, Squalen und Cholesterin enthält. Diese eher flüssigen Anteile vermischen sich mit abgestorbenen Zellen des Gehörgangsepithels, die bis zu 60 Prozent des Zerumengewichts ausmachen. Zerumen enthält auch das antibakterielle Enzym Lysozym, das Bakterienwände angreift. Auch der relativ tiefe pH-Wert von 4 bis 5 wirkt antimikrobiell und vermindert so das Risiko von Entzündungen des äusseren Gehörgangs. Das Zerumen bedeckt zudem die Haut des Gehörgangs als Schutzfilm, der dank seiner Klebrigkeit alle möglichen Organismen, Umweltverunreinigungen und Insekten abfängt. Bricht die Schutzbarriere zusammen, was bei Schwimmern und Tauchern recht häufig geschieht, entwickelt sich relativ rasch eine diffuse akute Otitis externa, häufig verursacht durch *Pseudomonas aeruginosa* und Staphylokokken.

## Ohrschmalz und Achselgeruch

Hinsichtlich Farbe und Konsistenz des Ohrschmalzes sind ethnische Unterschiede bekannt. Kaukasier und Menschen afrikanischen Ursprungs haben Zerumen, das hell- bis dunkelbraun, klebrig und feucht ist. Demgegenüber haben Asiaten graues oder bräunliches Zerumen, das brüchig und trocken ist, da es einen geringeren Gehalt an Lipid und Pigmentkörnchen enthält. Das Zerumen der Ureinwohner Amerikas steht in seinen Eigenschaften etwa dazwischen. Kürzlich machte eine Forschungsarbeit aus Japan in den Medien die Runde, die nach-

wies, dass die Variation eines einzelnen Nukleotids des ABCC11-Gens (538G > A) für den feuchten Ohrschmalztyp und auch für ausgeprägten, unangenehmen Achselgeruch verantwortlich ist. Derselbe genetische Polymorphismus ist nach den japanischen Forschern auch mit einem erhöhten Brustkrebsrisiko assoziiert und könnte künftig als Risikomarker eingesetzt werden.

## Ohrschmalzverklumpung

Wenn Zerumen tief innen in der Nähe des Trommelfells gebildet wird, ist es weich und flüssig, farb- und geruchlos. Von dort wandert es langsam nach Richtung aussen, was als Zeruminokinese bezeichnet wird. Dafür verantwortlich sind nicht etwa Zilien wie in den Luftwegen, sondern die normalen, häufigen Bewegungen der Unterkiefergabel. Auf dieser Wanderung wird der Ohrschmalz dunkler, dickt ein und entwickelt den typischen Geruch.

Für eine Verklumpung des Ohrschmalzes und damit Verstopfung des äusseren Gehörgangs sind verschiedene Faktoren verantwortlich gemacht worden. Dazu gehören anatomische Deformitäten, eine zunehmende Zahl von Haaren im äusseren Gehörgang sowie physikalische Hindernisse für die natürliche Zerumenmigration wie ungeeignete Wattestäbchen, im Ohr getragene Hörgeräte oder Hörschutzmassnahmen in Form von Ohrpfropfen. Eine Impaktation des Ohrschmalzes (Cerumen obturans) ist bei etwa 10 Prozent der Kinder, 5 Prozent normal gesunder Erwachsener und bis zu 57 Prozent bei älteren Patienten in Heimen anzutreffen. Sie stellt einen wichtigen Grund dar, die Hausärztin oder den Hausarzt aufzusuchen.

Wird Cerumen obturans symptomatisch, klagten die Betroffenen über Juckreiz im Ohr, Schmerz, Tinnitus, Schwindelgefühle, Hustenreiz, allenfalls zusammen mit beeinträchtigtem Hörvermögen. Als besonders gefährdet gelten Menschen, die ihren Ohrschmalz besonders eifrig zu entfernen trachten, die

## Merksatz

- Keine Methode der Entfernung eines Zeruminalpfropfs – Spülung, Zeruminolytika, manuelle Abtragung – scheint der anderen mit ausreichender Sicherheit überlegen.



## So mach ich das ...

Dr. med. Hansjörg Lang  
 FMH Allg. Medizin  
 8264 Eschenz  
 E-Mail: [h.lang@bluewin.ch](mailto:h.lang@bluewin.ch)

Ich spüle mit warmem Wasser mehrmals. Kommt der Pfropf nicht, widme ich mich der Gegenseite und spüle anschliessend nochmals. Kommt wieder nichts, bestelle ich den Patienten nach drei Tagen und verordne Cerumenex®, jeden Abend eingetropt. Die erneute Spülung ist jedesmal erfolgreich. Das Zänglein wende ich an, wenn der Pfropf mobilisiert ist, jedoch nicht spontan herausgespült werden kann. 3% H<sub>2</sub>O<sub>2</sub> kommt zur Anwendung, wenn eine Otitis externa vorliegt mit Belägen, dann oft tägliche Spülung bis zum Abklingen der Entzündung.

*Die Vertreter der Hausarztmedizin in unserem Beirat erzählen bei passender Gelegenheit kurz, wie sie ein Problem in der Praxis angehen. Solche praxisbezogenen Reaktionen sind auch aus der Leserschaft jederzeit willkommen: [info@rosenfluh.ch](mailto:info@rosenfluh.ch) ■*

einen gewundenen äusseren Gehörgang haben oder eine Überproduktion von Zerumen aufweisen. Besonders von mit Zerumen verstopften Ohren betroffen sind generell ältere Patienten, Patienten mit geistiger Behinderung sowie nach Rückenmarksverletzung. In Pflegeinstitutionen sollten die Gehörgänge daher bei Patientenaufnahme und danach in regelmässigen Abständen routinemässig inspiziert werden. In einer Studie hatten 35 Prozent der hospitalisierten Patienten über 65 Jahre eine Zerumenimpaktation, und 75 Prozent hörten nach gelungener Ohrreinigung besser.

### Behandlung

So häufig das Problem ist, so schlecht ist die Datenlage für methodisch gute Vergleichsstudien. Bandolier, die engagierte Quelle für evidenzbasierte Medizin, kommt nach einer systematischen Review zum ernüchterten Schluss: «Da haben wirs. Keine einzelne Behandlung ist in einer Serie von Studien besser als die andere», und fügt mit britischem Humor hinzu: «Einerseits sind wir wahrscheinlich nicht viel weiter als die alten Römer mit ihrem Olivenöl und ihren Spachteln, andererseits können wir uns damit trösten, dass keine bessere Alternative bekannt ist, wenn der warme Salzwasserstrahl uns das Gefühl gibt, dass etwas Schmalz aus dem anderen Ohr kommt.»

Grundsätzlich kommen drei Arten von Prozeduren in Betracht:

- Ohrspülung mit und ohne Zeruminolytika
- zerumenauflösende Präparate allein
- manuelle Abtragung mittels Kürette, kleiner Zange oder Absaugegerät.

Die manuelle Entfernung mit geeigneten kleinen Geräten gilt als effektiv, wurde aber hinsichtlich Sicherheit und Wirkung

mit anderen Methoden nie wirklich verglichen. Sie setzt einen kooperativen Patienten und etwas mehr Geschick voraus als die anderen Methoden. Da keine Feuchtigkeit in den Gehörgang gebracht wird, dürfte das Infektionsrisiko geringer sein. Die Ohrspülung kann auf verschiedene Arten erfolgen, von der speziellen Spritze mit Kolbenende bis zu selbst gebastelten Irrigatoren aus grossen Plastikspritzen mit aufgesetzten weichen Schläuchlein (etwa von einer amputierten Butterfly-Kanüle). Als wichtig gilt es, die Flüssigkeit auf Körpertemperatur zu erwärmen, um kalorische Reflexe zu vermeiden, das Ohr leicht nach hinten oben zu ziehen, um den Gehörgang zu strecken und den Strahl gegen die Gehörgangswand und nicht Richtung Trommelfell zu richten. Zudem soll nicht mit viel Druck gearbeitet werden, und das Resultat der Bemühung ist durch Inspektion des Gehörgangs direkt im Anschluss zu überprüfen. Als Kontraindikationen gelten bekannte Trommelfellperforation oder eingelegtes Myringotomieröhrchen. Die Spülung ist keine Methode für jeden Fall. In einer Studie war sie bei rund 70 Prozent erfolgreich.

Seit alters her wurden pflanzliche Öle (Olivenöl, Mandelöl etc.) zur Aufweichung von Ohrschmalz versucht. Ausreichend stark verdünntes Wasserstoffsuperoxid (3% H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>) ist als Zeruminolytikum ebenfalls verbreitet und bewirkt durch die Schaumbildung ein gewisses Mass an mechanischer Lockerung. Heute sind kommerzielle Präparate mit unterschiedlicher Zusammensetzung (in der Schweiz z.B. Cerumenol®, Cerumenex®) erhältlich. Sie erleichtern, etwa eine halbe Stunde vorher eingeträufelt, die spätere Evakuierung eines Zeruminalpfropfs durch Ohrspülung. Diese Präparate können auch von Patienten selbst in regelmässigen Abständen beziehungsweise bei Bedarf verwendet werden.

Zur Behandlung gehört auch die Information an die Patienten, was sie im Hinblick auf Rezidive besser unterlassen. Dazu gehört der Verzicht auf die «Reinigung» der Ohren mit den beliebten Wattestäbchen, die das Zerumen eher in die Tiefe des Gehörgangs zurückstossen als entfernen. Ferner haben in HNO-Fachkreisen die im Internet intensiv angepriesenen Ohrkerzen einen schlechten Ruf: im besten Fall gegen Ohrschmalz völlig unnützlich, im schlimmsten Fall mit Verletzungsgefahr durch flüssiges Wachs. ■

#### Quellen:

- Daniel F. McCarter et al.: Cerumen Impaction. *American Family Physician* 2007; 75: 1523-1528.  
 Treating Earwax. *Bandolier* 2004: 130-132. [www.medicine.ox.ac.uk/bandolier/band130/b130-2.html#Heading2](http://www.medicine.ox.ac.uk/bandolier/band130/b130-2.html#Heading2)  
 W. Steven Pray: Earwax: Should it be removed? *US Pharmacist* 2005; 30(5). [www.medscape.com/viewarticle/504788](http://www.medscape.com/viewarticle/504788)  
 Wet Ear Wax, Osmidrosis May Be Linked With Breast Cancer Risk. [www.medscape.com/viewarticle/705213](http://www.medscape.com/viewarticle/705213); Original unter <http://www.fasebj.org/cgi/content/abstract/23/6/2001>

Interessenkonflikte: keine

**Halid Bas**