

Wenn Ihre Nase viermal im Jahr entzündet ist, sollten Sie mit Ihrem Arzt über eine OP sprechen

FORTSETZUNG VON SEITE 47

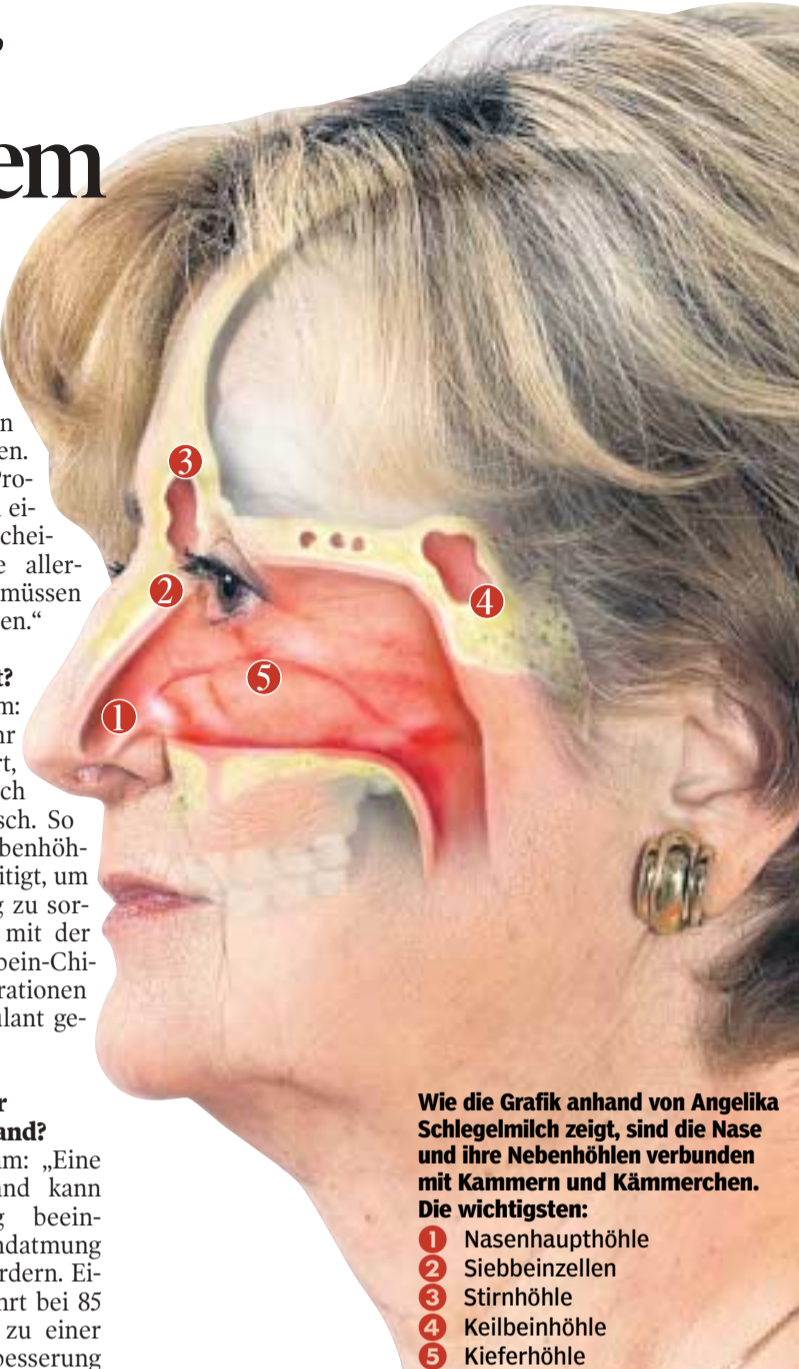
Schleimhaut ausgekleidete knöcherne und enge Kanäle. **Jeder Siebte leidet unter einer Entzündung der Nebenhöhlen (Sinusitis). Was sind die Ursachen?** Professor Behrbohm: „Eine akute Sinusitis entsteht meist nach einem Schnupfen, durch Viren oder Allergien. Die Schleimhäute in den Nasennebenhöhlen und ihren Zugängen schwellen an, es wird mehr Schleim produziert. Da aber die Zugänge gleichzeitig verengen, kann Schleim nicht mehr abfließen. Bakterien können sich leichter ansiedeln, die wiederum zur Entzündung der Nebenhöhlen führen.“ **Wann spricht man von chronischer Sinusitis?** Professor Behrbohm: „Wenn eine Entzündung häufiger als viermal pro Jahr vorkommt und die Symptome länger als zwölf Wochen anhalten.“ **Wie behandelt man chronische Sinusitis?**

DER REIZ DER RIESENRIECHER

Menschen mit großer Nase werden oft belächelt, können aber durch ihr prominentes Riechorgan berühmt werden. Wie bei der Kinderbuchfigur **Pi-nocchio** (1881, oben) des italienischen Autors Carlo Collodi. Sein Markenzeichen: Immer wenn er log, wurde die Nase länger. 1897 wurde das Drama „**Cyrano de Bergerac**“ uraufgeführt. Der Titel-

held leidet unter seiner Riechnase, doch so manchen Spötter tötete er im Fechtduell (Foto: Verfilmung mit Gerard Depardieu, 1990). 1983 lockten „Die „**Supernasen**“, Foto rechts, von Mike Krüger und Thomas Gottschalk 2,7 Millionen Deutsche ins Kino. Noch etwas haben Großnasen den Stupsnasen voraus. Laut einer Studie der Uni Köln können sie besser riechen!

Eine weitere wichtige Voraussetzung für eine OP: Die Patienten leiden unter Beschwerden. So haben 70 bis 80 Prozent der Deutschen eine schiefe Nasenscheidewand. Aber die allermeisten davon müssen nicht operiert werden. **Wie wird bei Sinusitis operiert?** Professor Behrbohm: „Heute wird sehr schonend operiert, also endoskopisch und mikrochirurgisch. So werden in den Nebenhöhlen Engstellen beseitigt, um für mehr Belüftung zu sorgen, zum Beispiel mit der biostatistischen Siebbein-Chirurgie. Solche Operationen können auch ambulant gemacht werden.“ **Was bringt die Begradigung der Nasenscheidewand?** Professor Behrbohm: „Eine schiefe Scheidewand kann die Nasenatmung beeinträchtigen, Mundatmung und Schnarchen fördern. Eine Begradigung führt bei 85 Prozent der Fälle zu einer dauerhaften Verbesserung der Atmung.“ **Thema Nasenpolypen: Wann müssen die raus?** Professor Behrbohm: „Es handelt sich um Schleimhautwucherungen, die zu chronischen Entzündungen führen können. Zur Behandlung können Steroide gegeben werden. Wenn die nicht helfen, werden die Polypen operativ entfernt.“ **Ist eine Nasen-OP gefährlich?** Professor Weber: „Speziell eine OP der Nebenhöhlen ist nicht ohne Risiko. Direkt angrenzend liegen Augen, Gehirn und die große Kopfschlagader. So sind Seh- und Hirnschäden oder lebensgefährliche Blutungen zwar sehr selten, aber nicht ausgeschlossen.“ Wer unsicher ist, sollte eine Zweitmeinung einholen. Ein guter Arzt wird Ihnen deshalb nicht böse sein.



Wie die Grafik anhand von Angelika Schlegelmilch zeigt, sind die Nase und ihre Nebenhöhlen verbunden mit Kammern und Kämmerchen. Die wichtigsten: 1 Nasenhaupthöhle, 2 Siebbeinzellen, 3 Stirnhöhle, 4 Keilbeinhöhle, 5 Kieferhöhle

„DEUTSCHLAND-BEWEGT-SICH!“-TERMINE

Dem Weihnachtspeck davonlaufen

Damit sich die Weihnachtsgans nicht in Hüftgold verwandelt, werden in der letzten Dezemberwoche viele Lauftreffs angeboten. Zum Beispiel der 8 Kilometer lange „Gänsebratenvernichtungslauf“ am 26. Dezember in Wiesbaden, Startpunkt ist die Talstation Nerobergbahn, los geht's um 11 Uhr. Oder der internationale 20. Bitburger Silvester-Lauf in Trier (www.bitburger-silvesterlauf.de). Es werden Strecken zwischen 0,5 und 8 Kilometer angeboten. Gestartet wird um 13 Uhr am Hauptmarkt Trier. Weitere Lauftreffen findet man unter www.lauftreff.de.

Das Tanzbein schwingen in Gütersloh Tanzen fördert Ausdauer, Kondition und Beweglichkeit. Genug Gründe, den „Weihnachtstanztee“ in Gütersloh am 27. Dezember zu besuchen. Los geht's um 14.30 Uhr. Veranstaltungsort: Tanzschule Stüwe-Weissenberg, Kirchstraße 2, 33330 Gütersloh. Weitere Infos unter www.stuewe-weissenberg.de. **Heute: Freier Skitag für Kids** Nicht verpassen: Der Verband Deutscher Seilbahnen und Schleplifte e. V. lädt heute zu einem freien Skitag für Kinder ein. Rund 60 Skigebiete Deutschlands machen mit. Alle Infos unter www.seilbahnen.de.

Für sie

Luxus für beanspruchte und müde Haut: Die **Gesichtsmaske Masque Eclat Express von Sisley** reinigt intensiv mit rotem Ton, befreit die Poren von Unreinheiten und sorgt für einen strahlenden Teint in fünf Minuten. Der Luxus hat aber seinen Preis: Die 60-ml-Tube kostet um 77 Euro.



Für ihn

Auch Männerhaut benötigt eine gute Pflege. Die **Liftactiv Anti-Falten Intensivpflege Anti-Müdigkeit** versorgt die Haut ab 30 mit viel Feuchtigkeit. Hyaluronsäure glättet die Hautoberfläche und füllt Falten auf. Von **Vichy Homme**, in Apotheken erhältlich. 30 ml kosten um 19 Euro.



Für Freunde

Ein süßer Snack, um Besuch zu verwöhnen: Die knusprigen **Waffeln von Hanuta** gibt es nicht nur mit Haselnüssen, sondern in einer neuen Geschmacksvariante mit Mandeln (12er-Packung um 2,50 Euro). Knackige Mandelsplitters in einer Kakaocremer zwischen zwei Waffeln – schmecken schön süß.



Für Hunde

Paul Mitchell ist für hochwertigen Haarpflegeprodukte bekannt. Was für Frauchen gut ist, gibt es jetzt auch für ihren Vierbeiner. Mit **John Paul Pet** gibt es eine Pflegeserie für den Hund. Die **reinigenden Feuchtigkeitstücher** (um 12 Euro) reinigen bei Bedarf schnell Fell und Pfoten.



ANZEIGE

ANZEIGE

Stress? Erschöpfung? Nervöse Beschwerden?

Manuia® entspannt und baut auf

Viele Termine, die Doppelbelastung durch Beruf und Familie sowie die zunehmende Alltagshektik können zu Stress führen. Wir fühlen uns erschöpft, es fehlen Kraft und Gelassenheit, den Alltag zu ordnen oder einfach mal abzuschalten. In diesen Phasen bietet das **homöopathische Arzneimittel Manuia®** sanfte Hilfe. Es sorgt für **neue Vitalität und Ausgeglichenheit**, damit die Anforderungen des Alltags voller Schwung gemeistert werden können.



www.manuia.de Deutsche Homöopathie-Union Karlsruhe

„Seit der 11. Operation trage ich meine Nase wieder hoch“

Angelika Schlegelmilch (56) hat seit 32 Jahren Nasen-Probleme. Besonders zu schaffen machten ihr eine chronische Stirnhöhlenentzündung und Polypen. Wegen der Nase wurde sie schon elfmal operiert. Doch die ersten OPs machten weitere Probleme. „Früher wurde radikal operiert, die Nasenschleimhäute ausgekratzt. Schnell haben sich Narben gebildet, Zugänge in der Nase waren gleich wieder dicht“, erklärt Professor Behrbohm. Erst die letzten beiden OPs brachten der Frau Linderung, u. a. wegen der Ballon-Methode. Behrbohm: „Über die Nase wurde bei ihr ein Ballonkatheter in die verengten Kanäle zur Stirnhöhle geführt, der – mit Hochdruck aufgeblasen – die Engstellen auseinanderdrückt. Die Sekrete konnten abfließen, die Entzündung ging zurück. „Ich fühle mich endlich wie ein normaler Mensch“, sagt Angelika Schlegelmilch, „bin nicht mehr so oft erkältet, kann endlich Sport treiben!“

3 NASEWEISHEITEN

1. „An der Nase des Mannes erkennt man seinen Johannes“. Diese Weisheit ließ sich von Wissenschaftlern bisher nicht bestätigen. Auch für die in anderen Ländern verbreitete Ansicht eines Zusammenhangs von Schuh- und Penisgröße fehlen Beweise. Das Geheimnis lässt sich wohl nur durch Lüften der Hose lüften.
2. „Von etwas die Nase voll haben“. Stimmt. „Bei vielen Patienten beobachtet man, dass Stress zu verstopfter Nase und Verschnupftheit führen kann“, so Professor Rainer Weber.
3. „Gott blies dem Menschen Odem durch die Nase“, heißt es im Buch Genesis der Bibel. Vielleicht ein Hinweis, dass die Nasen-

FOTOS: FRANK ZAURITZ, HIPPO-FOTO, CORBIS, HERSTELLER



Warum bin ich kurzatmig und unkonzentriert?

Seit Wochen schnaufe ich mächtig, wenn ich die drei Treppen zur Wohnung hinauflaufe. Auch sonst bin ich müde, unkonzentriert. Seit Kurzem sind meine Fingernägel brüchig. Können Sie sich einen Reim darauf machen? *Peter Krellath, Vaterstetten*

Die Konzentrationsstörung und chronische Müdigkeit können viele Ursachen haben. Angesichts der Kurzatmigkeit gehe ich von einer Blutarmut (Anämie) aus. Ein Mangel an roten Blutkörperchen, bei dem die Organe zu wenig Sauerstoff erhalten, der durch die roten Blutkörperchen transportiert wird. Dieselbe Ursache liegt den brüchigen Fingernägeln zugrunde. Ein Internist muss meine Verdachtsdiagnose durch eine Blutuntersuchung bestätigen, den eigentlichen Grund für die Anämie finden. Dahinter können unerkannte Blutungen, oft aus dem Magen-Darm-Trakt, stecken, ein Mangel an Vitamin B₁₂, Folsäure oder Eisen.

Haben Sie Fragen? Dann senden Sie eine E-Mail an: frank.schwebke@bams.de

NEU in Ihrer Apotheke



Das überzeugende Argument zum Schutz vor Mundgeruch.

meridol® HALITOSIS Mundspülung schützt bereits nach der ersten Anwendung vor Mundgeruch. Mit meridol® HALITOSIS lässt sich Mundgeruch wirksam vermeiden. meridol® HALITOSIS überdeckt den Mundgeruch nicht, sondern bekämpft gezielt dessen häufigste Ursache: geruchsaktive Bakterien auf der Zunge und im gesamten Mundraum. Klinische Prüfungen zeigen, dass meridol® HALITOSIS mit dem 3-fach-Wirkmechanismus aus der meridol® Forschung schon nach einer Anwendung den Mundgeruch deutlich reduziert – ganz ohne Alkohol. Dabei bewahrt meridol® HALITOSIS das natürliche Gleichgewicht der Mundflora. So können Sie sich täglich auf ein langanhaltend frisches Mundgefühl verlassen. **Machen Sie den Test!**



Schützt wirksam vor Mundgeruch.