

Ständig ist die Nase zu

Dr. Stefan Maas sagt, wie man von Sprays wieder loskommt

Abschwellende Nasensprays können bei Schnupfnasen ein Segen sein: Sie machen die Nase frei und man kann wieder gut durchatmen. Doch Vorsicht: Wenn man Nasensprays zu lange anwendet, kann ein Gewöhnungseffekt eintreten, und die Schleimhaut leidet.

Bei langer Anwendung ist es dann sehr schwierig, von Nasensprays oder Nasentropfen wieder loszukommen. „Einfach weglassen funktio-

niert dann nicht mehr“, so Dr. Stefan Maas, HNO-Arzt in der Kasseler Gemeinschaftspraxis Sauer, Diener, Maas. Er empfiehlt zunächst den Versuch, sich langsam auszuschleichen: So sollte man die Dosis reduzieren, indem man das Medikament seltener anwendet und auf ein Mittel für Kinder beziehungsweise Säuglinge umsteigt. Außerdem, so empfiehlt der Mediziner, sollte man die Nase, eventuell mit einer Nasendusche, täglich

mit Kochsalzwasser spülen. Häufig, so Maas, spielen bei verstopften Nasen Allergien eine große Rolle. Allergene wirkten ähnlich wie Wachstumsfaktoren auf die Nasenschleimhaut. In solchen Fällen und als zweiter Schritt beim Ausschleichen könne ein kortisonhaltiges Nasenspray hilfreich sein.

In schwierigen Fällen könne man mit einem minimalinvasiven Eingriff die Schwellkörper verkleinern. (hei)



Unbeschwert durchatmen: Gerade nachts haben viele Menschen Probleme damit. Doch Nasentropfen können schnell zur Gewohnheit werden.

Archivfoto: Irisblende/nh