



Zwiebelwickel bei Ohrschmerzen / Mittelohrentzündung

Ohrenscherzen können viele Ursachen haben. Typischerweise treten sie nach einer Verkühlung, nach Schwimmen und Tauchen auftreten oder im Rahmen einer bakteriellen oder viralen Infektion auf. Sie können einseitig oder beidseitig auftreten.

Infektiöse Mittelohrentzündungen kommen oft bei Kleinkindern vor. Typische Symptome einer infektiösen Mittelohrentzündung sind, Ohrschmerzen (tendenziell eher einseitig), Berührungsempfindlichkeit, Hörverminderung und erhöhte Temperatur bis Fieber.

Zwiebel:

Zwiebeln haben eine deutlich schleimlösende und flüssigkeitsaustreibende Wirkung. In der Form von Wickel angewendet, kann der Abfluss des Sekretes im Mittelohr begünstigt werden. Damit können die Schmerzen und die Entzündung zurückgehen. Vor allem wenn sie zu Beginn der Beschwerden gleich angewendet werden, können sie den Beschwerdeverlauf abmildern und die Heilung fördern.

Vorgehen:

- Stirnband/Halstuch anlegen.
- Zwiebel schälen und halbieren. Oberste Hülle von beiden Seiten mit der Innenseite auf ein vorgewärmtes Tüchlein legen und pressen, damit der Saft austritt.
- Mit Tüchlein einwickeln und auf das betroffene Ohr (und die Region hinter dem Ohr) unter das Stirnband geben. Die Innenseite der Zwiebeln soll Richtung Ohr zeigen.
- Gesteigert wird der Effekt, wenn auf den Wickel noch Wolle oder ein anderes wärmendes Gewebe (z.B. Fleece) gelegt wird, oder man sich mit dem betroffenen Ohr auf eine Wärmeflasche legt.
- Optimale Einwirkdauer ist 1 bis 2 Stunden. Bei guter Verträglichkeit kann der Wickel auch über Nacht aufgelegt bleiben (Hautreaktion beachten).
- Besonders nach der Wegnahme ist Zugluft zu vermeiden. Dazu kann etwas rohe Schafwolle (ungereinigte Schafwolle mit hohem Anteil an Wollfett) zu einem Ball geformt und auf das betroffene Ohr geben werden – Achtung: nicht in den Gehörkanal schieben!

Achtung, melden Sie sich bitte umgehend bei mir oder dem Kinder-/Hausarzt bei:

- hohem Fieber
- starken Schmerzen
- schlechtem oder sich verschlechternden Allgemeinzustand
- und insbesondere bei klopfschmerzhaftem Warzenfortsatz/Mastoid (knöchriger Fortsatz hinter dem Ohr)