

# Wellness fürs Ohr?

Autor(en): **Pauli, Andrea**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **79 (2022)**

Heft 10

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1033430>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Wellness fürs Ohr?

Der Nutzen von Ohrenkerzen ist umstritten. Wir klären, warum.

Text: Andrea Pauli

Dass man seinen Ohren mit der Benutzung von Wattestäbchen keinen Gefallen tut, hat sich mittlerweile wohl herumgesprochen. Ohrenärzte warnen seit Jahren davor, dass man sich beim Gebrauch der Reinigungsstäbchen eher schadet, als für saubere Ohren zu sorgen. Grund: Mit dem Wattestäbchen wird der Ohrenschmalz zusammengestossen und aufgeschichtet. Es entsteht eine Barriere, die verhindert, dass das Ohr das tut, was es eigentlich gut kann: sich selber reinigen. Mitunter wird bei der Nutzung von Wattestäbchen auch das Trommelfell verletzt.

Als «ganzheitliche» Alternative zur Ohrreinigung hört man immer wieder von sogenannten Ohrenkerzen. Ihnen wird neben einer «sanften Reinigung» eine Vielzahl von Wirkungen zugeschrieben, von der Heilung von Migräne bis zur Stärkung der Gehirnleistung und Verbesserung des Sehvermögens. Man darf berechnete Zweifel haben an dieser «Wundertätigkeit».

## Wie funktionieren Ohrenkerzen?

Es handelt sich um aus Bienenwachs angefertigte Hohlkerzen in Trichterform, die nach unten schmaler werden. Sie enthalten ätherische Öle, pulverisierte

Pflanzenanteile, Baumwolle und Gaze. Um ihr unteres Ende ist in der Regel eine Folie aus Aluminium angebracht, die verhindern soll, dass heisses Wachs in den Gehörgang tropft. Während der Anwendung liegt man waagrecht auf einer Liege. Die Kerze wird mittels Drehbewegung ins Ohr respektive in den Gehörgang eingefügt und das obere Ende angezündet. Durch die aufsteigende Hitze soll Unterdruck («Kamineffekt») entstehen, der bewirkt, dass das Ohrenschmalz herauskommt. Zudem sei damit ein Druckausgleich verbunden, der entspannend wirke und Stress abbaue. Die Behandlung endet, sobald die Kerzenflamme heruntergebrannt ist.

## Was sagen HNO-Ärzte?

Die therapeutische Wirkung von Ohrenkerzen ist nicht bewiesen. Mediziner warnen vor dem Gebrauch von Ohrenkerzen. Die Ohren sind sehr empfindlich und sollten niemals der Hitze einer offenen Flamme ausgesetzt werden. Herabtropfendes Wachs kann Verbrennungen verursachen; heisse Tropfen können den Gehörgang schädigen, Membranen perforieren und zu Folgeschäden führen. Mitunter können sich auch winzige Asche- und Staubablagerungen im Ohr festsetzen. Nicht umsonst hat die US-amerikanische FDA (Food & Drug Administration) Ohrenkerzen noch nie für den medizinischen Gebrauch zugelassen.

*Fazit:* Zwar wird die Behandlung von manchen als entspannend empfunden (auch durch das knistern-de Freisetzen der ätherischen Öle), doch bergen Ohrenkerzen ein unnötig hohes und vermeidbares Verletzungsrisiko. Wer der Ansicht ist, seine Ohren seien von Schmalz «verstopft», sollte sich in fachärztliche Behandlung begeben. ●

