

## Hilfe bei Ohrenschmerzen:

Ein schmerzendes Ohr, kann ganz plötzlich kommen und gehen, oder langsam zunehmen und dann auch wieder langsam abnehmen. Es kann ein stechender Schmerz oder ein Druckschmerz sein. Manchmal schmerzt das Ohr nur einseitig, oder auch beide Ohren werden von Schmerzen geplagt. Leidet ein Kind unter Ohrenschmerzen, können ebenfalls Schwindel und schlechteres Hören auftreten. Diese begleitenden Symptome treten auf, weil das Ohr eben nicht nur aus Ohrmuschel und Gehörgang besteht, sondern unser Hörorgan und Gleichgewichtssinn dort zu finden sind. Es kann also sein, dass dein Kind neben Ohrenschmerzen auch über ein rauschen im Ohr klagt.

Ohrenschmerzen können unterschiedlichste Ursachen haben. Meistens im Kindesalter sind Entzündungen die Ursache. Verschiedene Krankheitserreger können diese Entzündungsprozesse auslösen. Es kann aber auch ein begleitendes Symptom sein, wie z.B. bei Mumps. Oder aber das Ohr schmerzt, wegen einer Mittelohrentzündung. Sie ist häufig die Folge einer Erkältung, die Bakterien, die sich zuerst im Nasen- Rachenraum befanden, haben sich bis ins Mittelohr verbreitet und sorgen dort für Entzündungsprozesse.

Eine Mittelohrentzündung kann 5-10 Tage dauern. Wenn es nach einer Woche keine deutliche Besserung gibt, gehe bitte zum Arzt, und lass dein Kind vom Kinderarzt untersuchen.

### **Symptome einer Mittelohrentzündung sind:**

- Pulsierende Ohrenschmerzen
- Druckgefühl im Ohr
- Ohrgeräusche
- Starke stechende Schmerzen
- Knacken/ Knistern im Ohr
- Kinder/ Babys fassen sich häufig ans Ohr und schreien dabei

### **WICHTIG:**

Wenn dein Kind zusätzlich zu den Ohrenschmerzen, Kopfschmerzen hat, oder geräusch- und lichtempfindlich sein sollte, suche bitte umgehend einen Arzt auf. Es kann bei einer Mittelohrentzündung auch zu Komplikationen kommen. Eine Komplikation könnte eine Hirnhautentzündung (Meningitis) sein. Gerade bei Säuglingen bis zum 6ten. Lebensmonat können solche Komplikationen vermehrt auftreten. Wenn dein Baby sich beständig ans Ohr greift und weint und erbricht oder sonst auffällig ist, suche bitte einen Arzt auf, damit der abklären kann ob es Komplikationen gibt.

Wenn Sekret aus dem Ohr herausläuft, kann es sein, dass das Trommelfell geplatzt ist. Dann bitte nichts ins Ohr träufeln, sondern zum Arzt gehen und das abklären lassen.

## Hier sind meine Tipps aus der Naturheilkunde, die deinem Baby und Kleinkind/Kind bei Ohrenschmerzen helfen können:

- Für **freie Nasenatmung** sorgen, denn abgeschwollene Nasenschleimhäute helfen das Sekret auch im Ohr besser abfließen zu lassen, da der Druck in den oberen Atemwegen dadurch verringert wird.
- **Zwiebelsäckchen** auf das Ohr legen  
*Geeignet für Babys ab 6. Lebensmonat und Kleinkinder*  
1 Zwiebel fein gehackt in ein dünnes Baumwolltuch geben. Das Säckchen kann kurz erwärmt werden im Wasserbad und dann aufs Ohr gelegt. Heilwolle darüberlegen und mit einem Wollschal oder einer Wollmütze fixieren. Das Zwiebelsäckchen kann 30 Minuten auf dem Ohr bleiben.  
**Zwiebeln wirken:** antibakteriell, entzündungs-hemmend und können Infektionen vorbeugen.
- **Zwiebelsocke**  
*Geeignet für Babys ab 6. Lebensmonat und Kleinkinder*  
1 Zwiebel in Scheiben schneiden und im Wasserbad erwärmen.  
Die Zwiebelscheiben auf die warmen Fußsohlen legen. Etwas Heilwolle drüberlegen und dann warme Wollsocken anziehen. Das Kind kann damit gehen und sich normal bewegen. Die Socken können bis zu 4 Stunden getragen werden.  
**Zwiebeln wirken:** antibakteriell, entzündungs-hemmend und können Infektionen vorbeugen.
- **Senfmehlfußbad**  
*Geeignet für Kinder ab dem 3. Lebensjahr.*  
Hilft bei Erkältung, Husten und Bronchitis. Sollte dein Kind offene Verletzungen an den Beinen haben, bitte kein Senfmehlfußbad anwenden. 1-2 Esslöffel Senfmehl (Kleinkinder 1 EL und Schulkinder 2 EL) in einem Eimer warmen Wasser auflösen und nach und nach heißes Wasser hinzugeben. Kleinkinder baden ihre Füße 5 Minuten und Schulkinder 15 Minuten. Nach dem Fußbad die Füße nur mit warmen Wasser abspülen und nicht abtrocknen, sondern das Kind im Bett warm zudecken und nachschwitzen lassen.  
**Senfmehl wirkt:** antibakteriell, krampflösend, schleimlösend.
- **Kamille Säckchen**  
*Geeignet für Babys ab 6. Lebensmonat und Kleinkinder*  
1 Hand trockene Kamillenblüten in ein dünnes Baumwolltuch geben und im Wasserbad erwärmen. Das Säckchen dann warm aufs Ohr legen. Heilwolle darüberlegen und mit einem Wollschal oder einer Wollmütze fixieren. Das Kamillensäckchen kann 30 Minuten, oder über Nacht, auf dem Ohr bleiben. Das Säckchen kann 4-5mal verwendet werden, dann einfach neue Kamillenblüten einfüllen.  
**Wirkung:** antibakteriell, austrocknend, beruhigend, entzündungshemmend, krampflösend, schmerzlindernd.
- **Kartoffelsäckchen**  
*Geeignet für Babys ab 6. Lebensmonat und Kleinkinder*

Eine gekochte Kartoffel schälen und zerquetschen. Den Kartoffelstampf dann in ein dünnes Baumwollsäckchen füllen und aufs Ohr legen. Heilwolle darüberlegen und mit einem Wollschal oder einer Wollmütze fixieren. Das Kartoffelsäckchen kann 30 Minuten, oder über Nacht, auf dem Ohr bleiben.

**Wirkung:** heilungsfördernd, entzündungs-hemmend, Immunsystem stärkend, die Wärme wirkt zusätzlich entspannend.

- **Heilerde-Auflage**

*Geeignet für Babys ab 6. Lebensmonat und Kleinkinder*

Heilerde mit warmen Wasser zu einem Brei anrühren und in eine Kompress geben. Empfohlene Temperatur für den Brei ist ca. 38°C. Die Kompress auf das Ohr legen und mit einer Mütze fixieren. Wenn der Brei angetrocknet ist, diesen austauschen. Kann beliebig oft angewendet werden.

**Heilerde wirkt:** absorbierend, antiseptisch, anti-bakteriell, austrocknend, geweberegenerierend, kühlend, schmerzlindernd, abschwellend, beruhigend.

- **Johanniskrautöl-Auflage**

*Geeignet für Babys ab 6. Lebensmonat und Kleinkinder*

Johanniskraut erwärmen und rund um das Ohr auftragen. Dann legst du Heilwolle darüber und fixierst es mit einer Wollmütze. Die Auflage kann solange auf dem Ohr bleiben, wie es angenehm ist.

**Johanniskrautöl wirkt:** schmerzlindernd und entzündungshemmend.

- **Nelkenöl-Auflage**

Lindert ebenfalls Ohrenschmerzen und kann ab dem 2. Lebensjahr angewendet werden. Dazu einfach einen Tropfen Nelkenöl auf ein Baumwolltuch träufeln und mit Wärme aufs Ohr legen.

- **Senfmehrauflage**

*Geeignet für Kinder ab dem 3. Lebensjahr.*

Dazu Senfmehl mit warmen Wasser anrühren, dass ein dünner Brei entsteht. Den Brei streichst du auf ein Baumwolltuch, welches du dann zusammengefaltet hinter das Ohr legst, welches entzündet ist. Die Anwendung sollte mindestens 15Min dauern, maximal solange, wie das Kind es toleriert.

- **Tee zur Unterstützung bei Mittelohrentzündung**

*Geeignet ab dem 1. Lebensjahr*

50g Holunderblüten

25g Lindenblüten

25g Ringelblumenblüten

Von dieser Mischung 2 Esslöffel mit 150ml heißem Wasser aufgießen und 10 Minuten ziehen lassen. Mehrmals täglich eine Tasse trinken.

**Lindenblüten wirken:** beruhigend, entspannend, entzündungshemmend, schleimlösend.

**Holunderblüten wirken:** entzündungshemmend, erweichend, schleimlösend, stärkt das Immunsystem.

**Ringelblumenblüten wirken:** abschwellend, antibakteriell, entzündungshemmend, krampflösend.

- **Rotlicht/ Wärmesäckchen**  
Wärmeanwendungen lindern die Schmerzen. Dauer legt das Kind fest, einfach solange die Wärmeanwendung durchführen, wie das Kind es angenehm findet.
- **Kamillen-Dampfbad für das Ohr**  
Dazu heißes Wasser kochen und in eine Schale füllen und dann Kamillenblüten hinzufügen. 10 Min ziehen lassen und dann das betroffene Ohr über den Dampf halten, bis das Wasser nicht mehr dampft. ACHTUNG: VERBRENNUNGSGEFAHR!!! Lasse NIE dein Kind unbeaufsichtigt!
- **Thymian-Minz-Dampfbad für das Ohr**  
Dazu heißes Wasser kochen und in eine Schale füllen und dann 1TL Thymian und 1 TL Minze hinzufügen. 10 Min ziehen lassen und dann das betroffene Ohr über den Dampf halten, bis das Wasser nicht mehr dampft. ACHTUNG: VERBRENNUNGSGEFAHR!!! Lasse NIE dein Kind unbeaufsichtigt!
- **Ohrentropfen** nur bei intaktem Trommelfell, also wenn das Ohr ganz trocken ist und keinerlei Sekret fördert. Da gibt es verschiedene homöopathische und anthroposophische Tropfen (da ich mich auf die Pflanzenheilkunde beschränke, führe ich das hier nicht weiter aus).
- **Engelwurz Balsam**  
Du kannst den Balsam um das Ohr herum auch hinter der Ohrmuschel auftragen und dann ein Zwiebelsäckchen auflegen oder aber nur den Balsam auftragen. Er hilft, dass das Sekret welches sich im Gehörgang unter Umständen angesammelt hat, zum fließen zu bringen.
- **Heilwolle ins Ohr**  
Du kannst um den Gehörgang vor Kälte zu schützen ein Stückchen Heilwolle in die Ohrmuschel legen. Ergänzen kannst du das auch mit einem ätherischen Öl wie z.B. Johanniskraut, Nelke oder Lavendel (bei Kindern ab 1 J).

### Wichtiger Hinweis:

Alle hier aufgelisteten Informationen wurden nach meinem besten Wissen aufgeschrieben. Ich habe alles selbst in der Praxis angewendet. Ich habe mich bemüht alles auf dem aktuellsten wissenschaftlichen Stand zu prüfen und hier weiterzugeben. Diese Tipps ersetzen keine Ärztliche oder Heilpraktiker Konsultation. Ich übernehme keinerlei Haftung für Schäden oder Folgen, die sich aus Gebrauch oder Missbrauch der hier veröffentlichten Inhalte ergeben. Mein Ansatz ist lediglich Tipps an die Hand zu geben und Eltern handlungsfähig zu machen, ihre Kinder durch die Krankheit zu begleiten. Jeder Nutzer ist selbst verantwortlich Nutzen und Risiken abzuwägen und ggf. ärztlichen Rat hinzuzuziehen.