



MMW, 19.01.2010

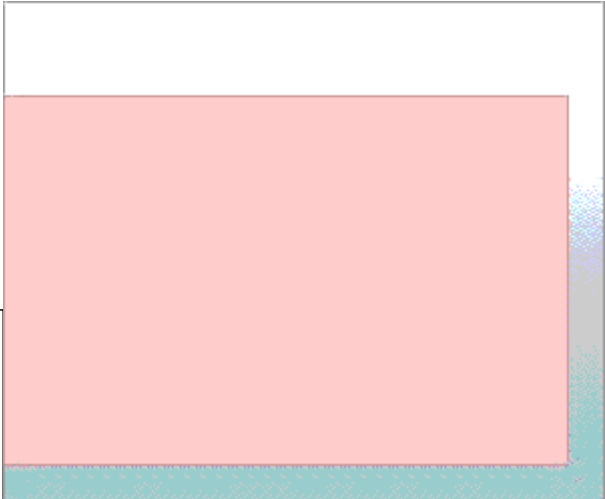
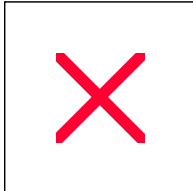
Regelmäßige Nasenspülung lockt die Keime

Manche Menschen schwören auf die tägliche Nasenspülung, weil sie überzeugt sind, damit Infektionen abwehren zu können. Doch das Gegenteil ist der Fall.

Regelmäßige Spülungen mit Salzlösung machen anfälliger für Infekte der Nasennebenhöhlen. Das ergab eine Studie, die auf der Jahrestagung des American College of Allergy, Asthma & Immunology vorgestellt wurde. 68 Personen mit rezidivierenden Sinusitiden hatten zunächst zwölf Monate lang täglich die Nase gespült, danach weitere zwölf Monate auf die Spülung verzichtet.

Im zweiten Studienjahr war die Sinusitisrate gegenüber dem ersten Jahr um 63% gesunken. In einer weiteren Studie, in der 24 Personen zwölf Monate lang täglich die Nase mit Salzlösung spülten, waren Infektionen der Nasennebenhöhle ebenfalls häufiger als in einer Kontrollgruppe, und zwar um 50%.

Prof. Harald Morr, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Lungenstiftung, erklärt die ungünstigen Effekte der andauernden Spülungen so: "In der Nasenschleimhaut befinden sich Immunzellen, die Abwehrstoffe wie IgA und IgG, Lactoferrin, Lysozym, Alfa- und Betadefensin produzieren und deren Zusammensetzung sich verändert, wenn sie ständig ausgewaschen werden. Außerdem schädigt das dauernde Spülen mit einer hypertonen Salzlösung das Flimmerepithel." Morr rät daher dringend von regelmäßigen Nasenspülungen ab. Nur bei akuten Sinusitiden und dann für maximal eine Woche sei die Anwendung sinnvoll, weil sie dann die Sekretolyse fördern kann.



Autor: bs

Originalquelle: www.lungenaerzte-im-netz.de