



Chronische Rhinosinusitis

einschließlich
Nasenpolypen-Syndrom

**EIN LEITFADEN
FÜR PATIENT*INNEN**

Entwickelt von
EUFOREA-Expertenteams



INHALT

Was ist chronische Rhinosinusitis?.....	4
Häufige Symptome.....	4
Arten der chronischen Rhinosinusitis.....	5
Ursachen.....	5
Was sind Nasenpolypen?.....	5
Untersuchungen und Diagnose.....	6
Behandlungen.....	8
Vorbereitung auf den Arztbesuch.....	12

Haftungsausschluss: DIESE RESSOURCE BIETET KEINE MEDIZINISCHE BERATUNG

Die in diesem Leitfaden enthaltenen Informationen, einschließlich, aber nicht beschränkt auf Texte, Grafiken, Bilder und anderes Material, dienen ausschließlich zu Informationszwecken und ersetzen nicht die professionelle medizinische Beratung, Diagnose oder Behandlung und/oder medizinische Behandlung durch einen qualifizierten Arzt oder Gesundheitsdienstleister. EUFOREA ist keine medizinische Organisation und kann über das Internet und/oder per E-Mail keine spezifischen medizinischen Ratschläge erteilen. Allen wird empfohlen, ihre spezifischen Fragen an ihren persönlichen Arzt zu richten. EUFOREA stellt diese Informationen zur Verfügung, damit sie ihre medizinische Versorgung besser verstehen und daran mitwirken können. EUFOREA betont ausdrücklich, dass die auf dieser Website enthaltenen Informationen keine gründliche Untersuchung und Behandlung durch einen qualifizierten Gesundheitsdienstleister ersetzen können.



Was ist chronische Rhinosinusitis (CRS)?

Chronische Rhinosinusitis ist eine Entzündung der Schleimhaut der Nase sowie der Nasennebenhöhlen, die **länger als 12 Wochen** andauert und zwei oder mehr Symptome verursacht, die die Nase oder die Nasennebenhöhlen betreffen und Ihre Fähigkeit, Ihren täglichen Aktivitäten nachzugehen, erheblich beeinträchtigen können.

Häufige Symptome



Verstopfte Nase
(das Atmen durch die Nase kann beeinträchtigt sein)



Verminderter oder vollständiger Verlust des Geruchssinns
(Hyposmie oder Anosmie)



Laufende Nase
(zähflüssiger Schleim)



Schleim, der in den Rachen abrinnt
(Postnasal Drip)



Gesichtsschmerzen / Kopfschmerzen

Bei einigen Patient*innen können auch folgende Symptome auftreten:

- Ohr- oder Zahnschmerzen
- Mundgeruch
- Halsschmerzen
- Reizbarkeit
- Depressionen
- Abgeschlagenheit

Es gibt zwei Arten von chronischer Rhinosinusitis

1. Chronische Rhinosinusitis ohne Nasenpolypen (CRSsNP)

Bei dieser Form kommt es **nicht** zum Wachstum von Polypen in der Nasenhaupthöhle

2. Chronische Rhinosinusitis mit Nasenpolypen (CRSwNP oder Nasal Polyp Syndrome):

Bei dieser Art können sich **Nasenpolypen** in der Nasenhaupthöhle bilden

Ursachen

Obwohl noch nicht vollständig geklärt, wird chronische Rhinosinusitis in der Regel durch eine Kombination verschiedener Faktoren verursacht. Sie entsteht durch eine gestörte Wechselwirkung zwischen individuellen Patientenmerkmalen (einschließlich Genen) und Umweltfaktoren.

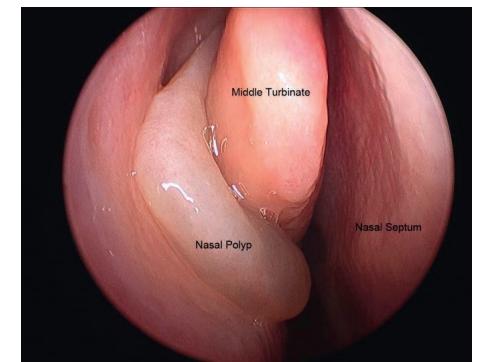
Mögliche Ursachen oder Auslöser sind:

- Infektionen der Atemwege
- Störungen des Immunsystems
- Allergische Reaktionen
- Einatmen kleiner Partikel wie Zigarettenrauch oder Schadstoffe
- Genetische Ursachen

Was sind Nasenpolypen?

Nasenpolypen sind **weiche, schmerzlose und gutartige** Wucherungen, die sich bei mit chronischer Rhinosinusitis aufgrund einer Entzündung der Schleimhaut in den Nasennebenhöhlen und schließlich auch in der Nase bilden.

Es ist noch unklar, warum manche Nasenpolypen entwickeln und andere nicht.



Wie wird eine chronische Rhinosinusitis diagnostiziert?

Ihr Arzt kann die Diagnose einer chronischen Rhinosinusitis anhand der wichtigsten Symptome, einer Besprechung Ihrer Krankengeschichte und der Ergebnisse diagnostischer Tests stellen:

KRANKENGESCHICHTE

Bei Ihrem ersten Termin wird Ihr Arzt Sie zu Ihren Symptomen befragen, darunter auch, seit wann Sie diese haben und wie stark sie sind. Ihr Arzt wird Sie auch nach früheren Behandlungen und eventuellen anderen Erkrankungen fragen.

UNTERSUCHUNG DER VORDEREN NASE

Bei einer anterioren Rhinoskopie verwendet Ihr Arzt ein Instrument namens Nasenspekulum, um den Naseneingang vorsichtig zu öffnen und die Nasenhöhle zu untersuchen. Dabei achtet er auf Anomalien wie Schwellungen, Entzündungen, Nasenpolypen oder Anzeichen einer Infektion.

Dieser Eingriff dauert nur wenige Minuten und erfordert keine Betäubung. Obwohl dieser Eingriff in der Regel gut vertragen wird, ist es wichtig, dass Sie dem behandelnden Arzt oder der behandelnden Ärztin eventuelle Beschwerden mitteilen, damit diese entsprechend angepasst werden können, um Ihren Komfort zu gewährleisten.



NASALE ENDOSKOPIE

Bei einer Nasenendoskopie führt ein Facharzt einen dünnen Schlauch mit einer Kamera (ein sogenanntes Endoskop) in Ihre Nase ein. So kann Ihr Arzt die Strukturen in Ihrer Nase genau betrachten und feststellen ob Schleim, Entzündungen oder Wucherungen wie Nasenpolypen vorhanden sind.



Vor dem Eingriff kann ein Nasenspray oder ein Lokalanästhetikum angewendet werden, um die Nasenwege zu öffnen, dies ist jedoch in der Regel nicht erforderlich. Der Eingriff dauert nur wenige Minuten.

CT

CT-Scans liefern detaillierte Bilder der Nase und Nasennebenhöhlen. So können Ärzte die Strukturen der Nase und Nasennebenhöhlen untersuchen und feststellen, ob Entzündungen, Nasenpolypen oder andere Wucherungen vorliegen.



WEITERE UNTERSUCHUNGEN

Haut-Prick-Test: zur Untersuchung auf Allergien

Geruchstest: Um den Grad Ihres Geruchsverlusts festzustellen

Bluttest: zur Ermittlung des Entzündungsgrades im Blut

Lungenfunktionstest: bei Verdacht auf Asthma

BEHANDLUNG DURCH EINEN ALLGEMEINMEDIZINER UND/ODER EINEM HNO-SPEZIALISTEN

SALZLÖSUNG

Nasenspülungen mit Kochsalzlösung können helfen, Schleim, Allergene und Reizstoffe aus den Nasengängen auszuspülen.



Dies kann Linderung bei Verstopfung verschaffen und die Heilung von geschwollenem/entzündetem Nasengewebe fördern. Nasenspülungen können allein **oder** in Kombination mit anderen Behandlungen angewendet werden.

Nasenspülungen können zu Hause mit abgekochtem Leitungswasser und Salz (9 Gramm Salz pro Liter) zubereitet werden.



Vorteile:

- Günstig
- Einfach zu Hause zubereiten
- Kann mit einer Flasche oder Spritze angewendet werden
- Wenige Nebenwirkungen
- Verbessert die Wirksamkeit von nasalen Kortikosterooiden und/oder Antihistaminika



Nachteile:

- Kann anfangs unangenehm sein

WAS KÖNNEN SIE ZU HAUSE TUN?

- Allergene, Viren und Reizstoffe (einschließlich Zigarettenrauch) vermeiden wenn möglich (tragen Sie eine Maske)
- Spülen Sie Ihre Nase täglich
- Nehmen Sie Ihre Medikamente wie verschrieben ein
- Verwenden Sie keine Nasentropfen/Nasensprays mit abschwellenden Wirkstoffen.

KORTIKOSTEROIDE

Kortikosteroide sind Arzneimittel, die Entzündungen im Körper hemmen.

NASALE KORTIKOSTEROIDE (Nasenspray oder Tropfen)



Vorteile:

- Gute Symptomkontrolle
- Wenige Nebenwirkungen
- Kann langfristig angewendet werden



Nachteile:

- Reizungen
- Kann zu trockener Nase oder Nasenbluten führen

ORALE KORTOKOSTEROIDE (Kortisontabletten)



Vorteile:

- Schnelle und starke Wirkung auf CRS-Symptome und deren Schweregrad
- Wirksam bei CRS und Begleiterkrankungen
- Günstig



Nachteile:

- Kurzzeitige Behandlung und kurz anhaltende Wirkung
- Nebenwirkungen bei langfristiger/wiederholter Anwendung und/oder Kontraindikationen bei bestimmten Erkrankungen

Scannen Sie den untenstehenden QR-Code oder klicken Sie auf das gelbe Symbol, um mehr über die richtige Anwendung Ihrer Behandlungen zu erfahren!



BEHANDLUNG DURCH EINEN OHREN-, NASEN- UND HALS- SPEZIALISTEN ODER EINEN NASEN-/ NASENNEBENHÖHLENSPEZIALISTEN

NASEN-CHIRURGIE



Vorteile:

- Gute Ergebnisse
- Vorteile für die oberen und unteren Atemwege
- Bessere Durchführung der postoperativen intranasalen Therapie



Cons:

- Operation unter Vollnarkose (oder örtlicher Betäubung)
- Polypen können wieder wachsen
- Langfristige medizinische Versorgung und postoperative Nachsorge bei den meisten Patient*innen erforderlich

ANTIBIOTIKA



Vorteile:

- Entzündungshemmende Wirkung



Cons

- Erzeugt antimikrobielle Resistzenzen
- Kann Nebenwirkungen haben



BIOLOGIKA (NUR FÜR PATIENT*INNEN MIT NASALEM POLYPEN-SYNDROM/CRSWNP)



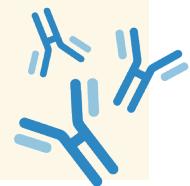
Vorteile:

- Vorteile für die oberen und unteren Atemwege
- Gilt als sichere Behandlungsoption
- Langzeitbehandlung mit guten Ergebnissen
- Verschiedene Optionen verfügbar



Cons:

- Teuer
- Nicht in allen Ländern verfügbar



XYLITOL-SPÜLUNG (NUR BEI CRS OHNE NASENPOLYPEN)



Vorteile:

- Wirksam zur Reduzierung von grünen/gelben Krusten
- Günstig



Cons:

- Nicht immer leicht zu bekommen
- Süßer Geschmack



VORBEREITUNG AUF IHREN ARZTTERMIN

Wenn Sie Symptome einer chronischen Rhinosinusitis haben, ist es **wichtig, einen Termin bei Ihrem Arzt zu vereinbaren**, um eine korrekte Diagnose, einen Behandlungsplan und/oder eine Überweisung an einen Spezialisten für weitere Untersuchungen zu erhalten.

Hier sind einige Tipps, die Ihnen bei der Vorbereitung auf Ihren Termin helfen, damit Sie:

- eine aktive Rolle bei Ihrer Gesundheitsversorgung übernehmen
- die Kommunikation verbessern
- die Zeit mit Ihrem Arzt optimal nutzen
- Informationen nicht vergessen
- Bedenken bezüglich Ihrer Gesundheit anzusprechen und zu klären
- Stress minimieren
- Erfahren Sie mehr darüber, wie Sie Ihre Erkrankung besser in den Griff bekommen können.

VOR Ihrem Termin

✓ Sammeln Sie Ihre Krankengeschichte:

- **Sammeln Sie Informationen** über Ihre Krankengeschichte, insbesondere über frühere Diagnosen, Behandlungen und/oder Operationen.
- **Listen Sie alle Medikamente auf**, die Sie derzeit einnehmen, einschließlich rezeptfreier Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel.

✓ Dokumentieren Sie Ihre Symptome:

- **Erstellen Sie eine Liste** Ihrer Symptome, einschließlich der Dauer und Schwere der Symptome.
- **Notieren Sie auch** Ihre Lungen- und Allergiesymptome (Husten, Keuchen, Kurzatmigkeit).

✓ Bereiten Sie eine Liste mit Fragen oder Bedenken vor.



DER TAG IHRES TERMINS

✓ Kommen Sie frühzeitig:

- Kommen Sie etwas früher zum Termin, um alle notwendigen Formalitäten zu erledigen und genügend Zeit für die Beratung zu haben.

✓ Bringen Sie relevante Unterlagen mit:

- Wenn Sie bereits diagnostische Untersuchungen, Bildgebungsergebnisse oder Berichte haben, bringen Sie bitte Kopien dieser Dokumente zum Termin mit.

WÄHREND Ihres Termins

✓ Stellen Sie Fragen

✓ Bitten Sie darum, das Gespräch auf Ihrem Mobiltelefon aufzzeichnen zu dürfen

✓ Seien Sie ehrlich bezüglich der Einnahme von Medikamenten

✓ Besprechen Sie Lebensgewohnheiten, die sich auf Ihre Gesundheit auswirken.

Dazu gehören Ernährung, Rauchen/Varen, Alkoholkonsum und den Konsum von Freizeitdrogen.

NACH Ihrem Termin

✓ Holen Sie Ihre Rezepte ein

✓ Befolgen Sie den von Ihrem Arzt empfohlenen Behandlungssplan

✓ Folgetermine vereinbaren

Vision

EUFOREA ist eine internationale gemeinnützige Organisation, die alle Interessengruppen zusammenbringt, die sich für die Verringerung der Prävalenz und Belastung durch chronische Atemwegserkrankungen durch die Umsetzung einer optimalen Patientenversorgung mittels Aufklärung, Forschung und Interessenvertretung einsetzen.

Mission

Auf der Grundlage ihrer medizinisch-wissenschaftlichen Kernkompetenz bietet EUFOREA eine Plattform für die Einführung von Innovationen und Bildungsmaßnahmen im Gesundheitswesen, die zu einer optimalen Patientenversorgung führen.

EUFOREA kann nicht für unangemessene Gesundheitsversorgung im Zusammenhang mit der Verwendung dieses Dokuments haftbar gemacht oder verantwortlich gemacht werden, einschließlich jeder Verwendung, die nicht den geltenden lokalen oder nationalen Vorschriften oder Richtlinien entspricht.



www.euforea.eu