

# FORSCHUNG medizin

## Rhinitis sicca



© nelic / www.iStockphoto.com

**Sesamöl regeneriert nicht nur die Schleimhaut bei der „trockenen Nase“, es kann auch Infektionen vorbeugen.**

**Studien** – Die Atmung stellt den unmittelbaren Kontakt zur Umwelt dar, der Nase kommt dabei eine immens wichtige Aufgabe zu. Sie erwärmt die Luft und reinigt sie. Auch verbessert sich die Sauerstoffversorgung der Lunge, sofern die Luft durch die Nase eingeatmet wird. Funktionsverluste der Nase, etwa durch Austrocknung der Schleimhäute, haben also Konsequenzen für den ganzen Organismus.

Mit zu trockener Luft aber sind wir überall konfrontiert. Klimaanlage in Büro, Auto und Flugzeug sowie überheizte Wohnungen entziehen den Nasenschleimhäuten permanent die nötige Feuchtigkeit. Aber auch mit zunehmendem Alter oder aufgrund von Krankheiten wie infektiösen Atemwegserkrankungen oder Allergien be-

nötigt die Nasenschleimhaut mehr Feuchtigkeit. Typische Symptome der Rhinitis sicca sind unter anderem Trockenheitsgefühl in der Nase, Juckreiz, leichtes Brennen, behinderte Nasenatmung, Krusten-, Schorf- und Borkenbildung sowie entzündete Schleimhaut mit Blutungen. Häufig betroffen von „Trockennasen“ sind Berufsgruppen mit starker Staubbelastung, beispielsweise Bäcker. Ebenso haben Raucher, Allergiker und Patienten nach Nasenoperationen oder Radiotherapie Beschwerden. Der übermäßige Gebrauch von Schleimhaut abschwellenden Sprays, von dem sich viele Betroffene zum Beispiel bei Entzündungen der Nasennebenhöhlen Abhilfe versprechen, trocknet die empfindlichen Nasenschleimhäute nur weiter aus. Die Flimmerhärchen (Zilien) sind nicht mehr ausreichend mit Sekret überzogen und können daher ihrer Reinigungsfunktion nur noch eingeschränkt nachkommen. Auch wird die Barrierefunktion stark eingeschränkt: Viren und Bakterien haben ein leichtes Spiel. Reines Sesamöl mit einem hohen Gehalt an Vitamin E hat eine duale Wirkweise. Das Öl legt sich wie ein natürlicher Gleitfilm auf die Nasenschleimhäute und unterstützt so die hochvisköse Gelphase des respiratorischen Epithels – und Vitamin E hilft, Infektionen vorzubeugen. Das fettlösliche Antioxidans reduziert die destruktiven Effekte der freien Sauerstoffradikale. Diese entstehen durch nasale Entzündungsprozesse in der zu trockenen Mukosa selbst, werden aber ebenfalls von außen herangetragen, etwa durch belastete Atemluft. Ein Mangel an Vitamin E kann unter anderem zu trockener, faltiger Haut und schlecht heilenden Wunden führen.

Die effektive Wirkung von reinem Sesamöl belegen zwei schwedische Untersuchungen. Eine Multicenterstudie mit 30-tägiger Beobachtungszeit reduzierte sich bei den Betroffenen nachweislich Borkenbildung, Nasenblockade und Nasentrockenheit. Eine weitere Studie konnte zeigen, dass der direkte 14-tägige Vergleich bei den 79 Probanden eine signifikant stärkere Symptomverbesserung durch das reine Sesamöl gegenüber isotonischen Kochsalzlösungen ergab. ■

### QUELLE

Meet-the-Expert „Nozoil®: Trockene Nasenschleimhaut mit reinem Sesamöl effektiv behandeln“. 9. Oktober 2010, München. Veranstalter: Trommsdorff GmbH & Co. KG Arzneimittel.