

Mögliche Ursachen und Auslöser für Schnupfen

Eine laufende oder verstopfte Nase kann verschiedene Ursachen haben. Für die Selbstmedikation gilt: Nehmen die Beschwerden trotz medikamentöser Unterstützung innerhalb von drei Tagen nicht ab oder verschlechtern sich sogar, ist eine ärztliche Abklärung nötig. Tritt der Schnupfen ohne weitere Symptome auf, so sollte die bestehende Medikation erfragt werden. Die Farbe des Sekrets lässt keine Rückschlüsse auf den Erreger zu.

- **Erkältung:**
 - Beginnt meist am dritten Tag nach der Infektion. Meistens leidet der Betroffene schon unter Halsschmerzen und allgemeiner Abgeschlagenheit
- **Allergie:**
 - Im Frühjahr ist Schnupfen ein häufiges Symptom bei Heuschnupfen. Je nach Ausprägung der Symptomatik können orale oder lokal anzuwendende Antihistaminika empfohlen werden.
 - Tierhaar- oder Hausstaubmilbenallergie: Bei Verdacht auf eine Allergie gegen Tiere oder Hausstaubmilben kann nur ein Allergietest beim Dermatologen/Allergologen ein zuverlässiges Ergebnis liefern. Bei beiden Formen können orale Antihistaminika eingenommen werden. Bei Hausstaubmilbenallergie gibt es spezielle Bettbezüge.
- **Nasenspray-Übergebrauch:**
 - Abschwellende Nasensprays mit Xylo- oder Oxymetazolin gelten zwar als effektive Varianten für die kurzzeitige Behandlung der verstopften Nase, führen jedoch bei längerfristigem Gebrauch zu einer Rhinitis medicamentosa. Umstellung auf hypertones Salz-Nasenspray empfehlenswert.
 - Vasokonstriktoren älterer Generationen wie Naphazolin sollten aufgrund der kürzeren Wirkdauer keine Anwendung mehr finden.
- **Unerwünschte Arzneimittelwirkungen:**
 - NSAID: Acetylsalicylsäure oder Ibuprofen könne von einigen Personen nicht vertragen werden. Zur Symptomatik bei Morbus Widal oder Morbus gehört nicht nur Schnupfen, sondern auch Asthma-ähnliche Anfälle und Nebenhöhlenentzündungen
 - Blutdrucksenker: Betablocker und ACE-Hemmer können zu Schnupfen führen. Hier besteht die Symptomatik vor allem zu Therapiebeginn. Ist ein Wechsel der Medikation nicht möglich, kann der Arzt ein Kortison-Nasenspray verordnen.
- **Anatomische Ursachen:**
 - Eine schiefe oder verengte Nasenscheidewand kann zu einer Atemproblematik führen. Bei unzureichender Belüftung des gesamten Atemsystems kann es zu häufig wiederkehrenden Infekten kommen. Bei dauerhaftem Sekretstau ist das Risiko einer Sekundärinfektion mit Bakterien höher.
- **Begleiterkrankungen:**
 - Obere und untere Atemwege sind miteinander verbunden und stehen im ständigen Austausch. Bei einer Infektion der oberen Atemwege kann es auch zu einem Etagenwechsel kommen. So kann chronischem Husten auch ursprünglich eine nasale Problematik zugrunde liegen. Beim „Post-nasal-drip-Syndrom“ (PNDS) kommt es beispielsweise aufgrund eines Sekretstaus in den Nasennebenhöhlen zum chronischen Husten.