

Presseinformation

**Anosmie: Wenn die Riechzellen nicht mehr arbeiten  
Mit Riechtraining zurück in die Welt der Düfte und Aromen**

**Duisburg, Juni 2014.** Der Duft von gekochtem Kaffee oder frischem Brot, Blütenduft, der Geruch frisch gemähter Wiesen – wer nicht mehr riechen kann, verliert erheblich an Lebensqualität. Zudem warnen Brand- und Schimmelgeruch Menschen mit intaktem Geruchssinn vor Gefahren. Rund fünf Prozent der Deutschen leidet unter einer Anosmie, bei der Betroffene nichts mehr riechen. Einen schwächeren Geruchssinn, Mediziner sprechen von Hyposmie, haben immerhin rund 20 Prozent der deutschen Bevölkerung. Betroffenen stehen jedoch verschiedene Behandlungsoptionen zur Verfügung, darunter auch ein gezieltes Riechtraining, das ihnen wieder zum richtigen Riecher verhilft.

„Um Anosmie richtig zu behandeln, gilt es zu klären, warum der Geruchsverlust entsteht“, erklärt Dr. Uso Walter, Duisburger HNO-Arzt und Vorstandsvorsitzender des HNOnet NRW. Grippale Infekte und Entzündungen der Nasennebenhöhlen zerstören Riechzellen, schiefe Nasenscheidewände, Polypen oder von einer Allergie geschwollene Schleimhäute können den Geruchssinn ebenfalls blockieren. Chemische Stoffe, etwa in Medikamenten, lähmen die Nase manchmal ebenso wie Rauchen. Unfälle oder Operationen kommen ebenfalls als Auslöser infrage.

Auf der Suche nach der Ursache führen HNO-Ärzte zunächst eine Nasenspiegelung durch. So erkennen sie, ob die Nasenschleimhaut verändert ist und Entzündungen, Verletzungen oder störende Polypen aufweist. Zudem ermitteln HNO-Ärzte anhand von Geruchstests die Stärke der Riechstörung. „Anhand von Duftstiften muss der Patient verschiedene Gerüche wie beispielsweise Zwiebel, Kaffee, Vanille, Zimt oder Pfefferminzöl erkennen“, erklärt Dr. Walter das Vorgehen. „Zudem prüfen HNO-Ärzte, welche Konzentration an Duftstoffen der Patient noch wahrnimmt.“ Ob Sinneseindrücke im Gehirn überhaupt noch

**Pressekontakt**

*komm | public!*

Romy Robst

Ahornallee 7a

31303 Burgdorf

[robst@komm-public.de](mailto:robst@komm-public.de)

fon: 05085-98 171 - 02

fax: 05085-98 171 - 01

**Direktkontakt**

HNOnet NRW eG

Dr. Uso Walter

Mülheimer Straße 70

47057 Duisburg

[mail@hnonet-nrw.de](mailto:mail@hnonet-nrw.de)

fon: 0221-13 98 36 - 69

fax: 0221- 13 98 36 - 65

ankommen, klärt eine Hirnstrommessung. Bringen diese Untersuchungen keine Ergebnisse, nehmen die Ärzte bildgebende Verfahren zu Hilfe. So lässt sich unter Umständen feststellen, ob die Ursache im Gehirn liegt. In manchen Fällen finden sie jedoch keine Auslöser, denn auch Krankheiten wie Parkinson oder Alzheimer sowie Alterungsprozesse im Körper beeinflussen den Geruchssinn. Bei vielen Menschen verschlechtern sich Sinneseindrücke ab dem 65. Lebensjahr zudem allmählich. Etwa jeder Zweite über 80 Jahre leidet an Geruchs- oder Geschmacksstörungen.

Aufbauend auf den Untersuchungsergebnissen erfolgt die Therapie. So bedarf es bei Polypen oder Engstellen in der Nase häufig einer Operation. Nasennebenhöhlenentzündungen oder grippale Infekte behandeln HNO-Ärzte mit Hilfe von Medikamenten. „Wer wenig bis gar nichts mehr riecht, dem kann auch ein gezieltes Riechtraining helfen“, erklärt Dr. Walter. „In der Regel verläuft eine solche Schulung der Nase, indem Patienten morgens und abends jeweils für fünf bis zehn Sekunden an Düften wie Rose, Zitrone, Gewürznelke oder Eukalyptus riechen. Solche stark duftenden Substanzen regen Riechzellen dazu an, sich schneller zu regenerieren.“ Normalerweise erneuern sie sich alle vier bis sechs Wochen. Je älter Betroffene sind, umso länger dauern diese Prozesse jedoch. Auch die Störungsdauer beeinflusst die Erfolgssaussichten: Dauern Riechprobleme mehr als zwei Jahre an, nehmen Chancen auf einen Rückgewinn des Geruchs stark ab.

Weitere Informationen unter [www.hnonet-nrw.de](http://www.hnonet-nrw.de).