

Equaleasy - Licht im Dunkel des Druckausgleichs

Wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass Mitglieder der Spezies *Homo subaquaticus* früh – wenn auch schmerzhaft – lernen, dass ihre Ohren unter Wasser eine wichtige Rolle spielen. Barotrauma ist das häufigste Missgeschick, das dieser Spezies unter Wasser widerfährt. In den Sagen und Legenden der Spezies spielt das Barotrauma jedoch eine eher untergeordnete Rolle. Meist geht es um die Wirkung von Gasen auf den Körper, und insbesondere auf das Gehirn. Geschichten zum Thema Druckausgleich und Ohr- und Nasenhygiene scheinen rar. Wird dieser Aspekt der natürlichen Selektion überlassen?

“Taucher sind heutzutage wissbegierig und oft gut informiert”

Dr. Cosimo Muscianisi ist HNO-Spezialist, Taucharzt und passionierter Tech-Taucher. Er hat keine Zweifel: “Die Leute, die wir auf Messen und Konferenzen treffen, stellen gute Fragen und verwenden die korrekte Terminologie. Wir haben es mit gut informierten Tauchern zu tun.”

“Gelegentlich beobachten wir Fehlverhalten, sowohl bei Tauchern als auch bei Nicht-Tauchern. Selbst manche Taucher begehen den Fehler, Ohrenschmalz mit ungeeigneten Werkzeugen wie Wattestächen oder gar Zahnstochern zu entfernen. Und sollte es einmal dazu kommen, dass Gummiteile eines Kopfhörers im Ohr stecken bleiben, wenden Sie sich bitte an einen Spezialisten.”

Achtsame Taucher führen wahrscheinlich keine Gegenstände in ihre Ohren ein, welche diese beschädigen könnten – zum Beispiel Schlüssel oder Stiftkappen. Ja, das ist richtig: Dr. Muscianisi kann bezeugen, dass es Menschen gibt, denen die scharfen Kanten an einem Schlüssel oder an der Halteklemme einer Stiftkappe als geeignetes Werkzeug zum Entfernen von Ohrenschmalz erscheinen. Als Taucher begehen wir solche Dummheiten eher selten. Wir machen andere Fehler.



Die Grauzone

Im Anfängerkurs lernen wir erste Grundlagen der Tauchphysiologie. In weiteren Kursen bauen wir unser Wissen aus. Anfänger fürchten sich davor, die Regeln zu brechen. Mit einer Erkältung oder Nebenhöhlenentzündung würden sie niemals Tauchen gehen. Sie erinnern sich an die Mahnungen in den heiligen Texten des Anfängerlehrbuchs, dass ein Unterdruck-Barotrauma ("reverse block") deutlich schmerzhafter ist als der Verzicht auf einen Tauchgang und würden daher niemals abschwellende Nasensprays verwenden. Tauchprofis hingegen nehmen wegen der länger andauernden Wirkung bei Bedarf Ephedrin-Derivate oder andere orale Mittel zur Gefäßverengung, trotz einer Vielzahl mit dem Tauchen unvereinbarer Nebenwirkungen.

Bewaffnet mit einer Handvoll gefährlicher Ideen gehören Tauchprofis zur Risikogruppe, wenn es um ein Übermaß an Selbstvertrauen geht. Wie alle Taucher erliegen sie häufig der Versuchung der Selbstdiagnose mithilfe von "hab' ich mal im Netz gelesen." So wird das Gefühl verstopfter Ohren und leichter Schwerhörigkeit gerne mit einem Übermaß an Ohrenschmalz erklärt. In vielen Fällen liegt die Ursache jedoch im Mittelohr, wie Dr. Muscianisi erklärt. Eine verschleppte Mittelohrentzündung kann zu Komplikationen bis hin zu Knochenentzündungen führen. Wenn hingegen der Juckreiz als Hauptsymptom ohne ärztliche Überwachung mit Corticosteroiden behandelt wird, kann dies ebenfalls zu einer Verschlimmerung führen, z. B. bei einer Pilzinfektion des Außenohres als Ursache. In beiden Fällen können die Folgen schwerwiegend sein: Es drohen bleibende Hörschäden oder der dauerhafte Verlust der Tauchtauglichkeit.



Der Nummer-Eins-Hit

In den Top Ten der Missgeschicke unter Wasser belegt das Barotrauma den ersten Platz. Man findet kaum einen Taucher, den es noch nicht erwischt hat. Wenn ein Barotrauma eintritt, wissen wir alle, woran es liegt: ein Fehler beim Druckausgleich, die Nasentropfen, oder Tauchen bei angeschlagener Gesundheit. Leider haben die heiligen Schriften der Tauchlehrbücher wenig zu bieten, das den diesbezüglichen Wissensdurst der Taucher lindern könnte. Die meisten Taucher kennen folglich nur eine oder zwei Techniken zum Druckausgleich. Besser ausgebildete kennen drei. Nur die wenigsten beherrschen jedoch auch nur eine diese Techniken bis zur Meisterschaft.

Vielen Tauchern ist nicht bewusst, dass ohne Pressluft aus der Flasche der Druckausgleich schon auf zehn Metern schwieriger wird. Gleiches gilt für den Druckausgleich kopfüber. Ständig benutzen wir Hals, Nase und Ohren zum Sprechen, Schlucken, Schmecken, Riechen und Atmen. Aber wir haben nicht die Kontrolle. Diese Fähigkeit ist die ausschließliche Domäne der Opernsängerinnen. Leider (für uns) hat bisher keine Opernsängerin einen Lehrgang zum Thema Druckausgleich für Taucher entwickelt. Dann wiederum treffen die wenigsten von uns das hohe C.

Zum Abschluss dieser Erörterungen ist es Zeit herauszufinden, wie es um Ihr Wissen über den Druckausgleich bestellt ist. Sind Sie bereit? Dann Nase zuhalten und [hier klicken!](#)

Zusätzliche Ressourcen:

Möchten Sie Ihren Druckausgleich verbessern? DAN Europe steht hinter Ihnen. Der italienische

Apnoetaucher Andrea Zuccari, Meister in der Disziplin "No Limits", hat gemeinsam mit DAN Europe den Kurs Equaleasy - Equalisation Awareness entwickelt, damit Sie Ihren Druckausgleich unter Kontrolle bekommen. Je nach Interesse und Qualifikation gibt es drei Stufen: Schüler, Ausbilder, und Ausbildertrainer. Hier erfahren Sie mehr: [Equaleasy-Kurs](#).

Der Übersetzer

[Tim Blömeke](#) ist freier Übersetzer für Wissenschaft, Technik und Recht, sowie passionierter Wrack- und Höhlentaucher. Er unterrichtet Tauchen (PADI und TDI) in Taiwan und auf den Philippinen.