

23. September 2019

Riech- und Schmeckstörungen: Bedeutung der chemischen Sinne wird oft unterschätzt

Der Geruchssinn spielt in unserem Leben eine wichtige Rolle: Er lässt Essen und Trinken zum Genuss werden, warnt vor Schadstoffen oder verdorbenen Speisen und beeinflusst sogar die Partnerwahl. Dennoch wird die Leistung der chemischen Sinne, zu denen neben dem Riech- auch der Schmecksinn zählt, oft erst dann bewusst wahrgenommen, wenn sie beeinträchtigt sind oder ganz ausfallen. Das ist jedes Jahr bei rund 50.000 Menschen in Deutschland der Fall. Welche Ursachen eine Riech- oder Schmeckstörung haben kann, welche Therapien es gibt und wie der Alltag trotz der Beeinträchtigung gut organisiert werden kann – Themen wie diese kommen auf dem Patiententag der Deutschen Gesellschaft für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Kopf- und Hals-Chirurgie (DGHNO-KHC) zur Sprache, der Ende September 2019 in Dresden stattfindet.

Von harmlosen Erkältungen kennt es fast jeder: Die Nase ist verstopft, man riecht nichts mehr, das Essen schmeckt fad. Klinisch relevant ist ein solcher Riechverlust (Anosmie) aber erst, wenn er auch nach Abklingen der Infektion bestehen bleibt. „Das kann etwa nach einer echten Virusgrippe passieren, wenn die Viren die Riechschleimhaut geschädigt haben“, erklärt Professor Dr. med. Thomas Hummel, Leiter des Riech- und Schmeckzentrums an der HNO-Klinik des Dresdener Universitätsklinikums. In diesen Fällen kehrt das Riechvermögen oft wieder vollständig zurück, auch wenn es Monate oder Jahre dauern kann. Auch bei einem Riechverlust, der auf eine chronische Nebenhöhlenentzündung zurückgeht, erholt sich die Sinnesfunktion oft, wenn die Entzündung medikamentös unterdrückt oder die mechanische Blockade durch eine Polypenoperation beseitigt wird. Riechstörungen können aber auch als Symptom einer tiefergreifenden Schädigung auftreten – etwa nach einem Schädel-Hirn-Trauma oder im Rahmen von neurodegenerativen Erkrankungen wie der Parkinson-Krankheit. Eine vollständige Erholung der Riechfunktion ist dann sehr selten.

Chemische Sinneseindrücke hochgradig subjektiv

Obwohl die chemischen Sinne gut erforscht sind, stellen Diagnose und Therapie von Riech- und

Schmeckstörungen auch heute noch eine Herausforderung dar. Die Arbeitsgemeinschaft Olfaktologie und Gustologie der DGHNO-KHC, in deren Vorstand Hummel tätig ist, hat es sich daher zur Aufgabe gemacht, bestehende Diagnose- und Therapie-Optionen zu prüfen und die Entwicklung neuer Verfahren zu fördern. „Chemische Sinneseindrücke sind hochgradig subjektiv“, erläutert Hummel. Wie stark ein Riechverlust ist, ist daher nicht leicht zu messen. Ein objektives Maß bietet jedoch die Ableitung der Hirnstromkurve, in der sich die Duftwahrnehmung abzeichnet. Bei der Therapie versucht man seit einigen Jahren, sich die Plastizität der chemischen Sinne zunutze zu machen; hier scheinen manche Patienten von einem regelmäßigen morgend- und abendlichen Riechtraining zu profitieren.

Riech- und Schmeckstörungen als Hindernisse im Alltag

In einer Patientenbroschüre klärt die Arbeitsgemeinschaft außerdem über die Funktion der chemischen Sinne und ihre Störungen auf. Dort finden sich auch Tipps, wie Betroffene ihre Riech- oder Schmeckbeeinträchtigung im Alltag kompensieren können und welche Vorsichtsmaßnahmen sie ergreifen sollten. „Mit dem Riech- und Schmecksinn geht ein wichtiges Alarmsystem verloren“, mahnt Hummel – Brandgeruch, Chemikalien oder Verdorbenes wahrnehmen zu können, könne Leben retten. Betroffene sollten daher Rauch- und möglicherweise auch Gasmelder installieren, das Kauf- oder Öffnungsdatum von Lebensmitteln notieren und fragwürdige Speisen im Zweifel lieber entsorgen. Auch bei der Hygiene fehlt Anosmikern, also Patienten mit Riechverlust, eine wichtige Rückmeldung. Hier empfiehlt Hummel, feste Zeitpläne für Körperhygiene, Wäschewechsel und etwa das Putzen der Toilette einzuhalten. „Auch solche scheinbar nebensächlichen Dinge tragen wesentlich dazu bei, die Sicherheit im sozialen Umgang und somit die Lebensqualität zu erhalten“, sagt Hummel.

Deutsche Gesellschaft für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Kopf- und Hals-Chirurgie e.V. (DGHNO-KHC)