



Beratungsleitfaden

Rhinitis medicamentosa

(Nasensprayabhängigkeit)

Definition:¹

Unter Rhinitis medicamentosa wird die Entzündung der Nasenschleimhaut, verursacht durch übermäßigen Gebrauch von abschwellendem Nasenspray oder abschwellenden Nasentropfen, verstanden. Sie wird als Untergruppe der arzneimittelinduzierten Rhinitis eingeordnet.

Symptome:²

Das Hauptsymptom ist eine verstopfte Nase, die trotz Nutzung abschwellender Nasensprays bzw. -tropfen bestehen bleibt und ohne Schleimfluss oder Niesen auftritt. In der Folge kann es durch die vermehrte Mundatmung zu Begleitsymptomen wie Mundtrockenheit, Halsschmerzen und Schnarchen kommen.

Ursache:

Die schleimhautabschwellenden Nasensprays und- tropfen sorgen dafür, dass sich die Blutgefäße in der Nasenschleimhaut zusammenziehen, diese wird weniger durchblutet und schwillt ab und die Nase ist wieder frei. Nach der Engstellung weiten sich die Gefäße weiter als zuvor und es kommt erneut zur Anschwellung der Nasenschleimhäute. Dies führt dazu, dass wieder Nasenspray verwendet wird. Bei längerfristiger Anwendung kann es zur Gewöhnung kommen.

Behandlung:

Die Behandlung besteht vor allem aus dem langsamen Ausschleichen des abschwellenden Nasensprays bzw. der -tropfen. Dies kann durch ärztlich verordnetes kortisonhaltiges Nasenspray und/oder Nasenduschen unterstützt werden.³ Für die Entwöhnung kann entweder die schrittweise Dosisreduktion über Präparate für Kinder und Babys bis zum salzhaltigen Nasenspray angewendet werden. Alternativ können Betroffene die Ein-Loch-Methode anwenden. Dabei wird die Dosisreduktion zuerst nur in einem Nasenloch vorgenommen und wenn durch dieses Nasenloch wieder frei geatmet werden kann, wird das zweite Nasenloch der gleichen Prozedur unterzogen.

Vorbeugung:

Abschwellende Nasensprays oder -tropfen sollten so wenig und kurz wie möglich, maximal 7 Tage, angewendet werden. Außerdem sollte auf konservierungsmittelhaltige Produkte verzichtet werden, da diese die Schleimhaut zusätzlich reizen. Alternativ können salzhaltige Nasensprays eingesetzt werden, die sowohl befeuchtend als auch abschwellend wirken können. Außerdem können Nasenduschen dabei helfen, die Symptome zu lindern.

Produktsteckbrief: EMSER® Nasenspray

- 100% natürliche Wirkweise mit natürlichem Emser Salz
- Wirkt abschwellend und befeuchtend auf die Nasenschleimhaut
- Ohne Gewöhnungseffekt
- Bekämpft die Ursache, lindert Symptome und unterstützt die Heilung
- Frei von Konservierungsstoffen und chemischen Zusätzen



¹ StatPearls: Nur Wahidah B. Wahid; Carl Shermetaro. Rhinitis Medicamentosa. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK538318/>

² Ramey JT, Bailen E, Lockey RF. Review Rhinitis medicamentosa. J Investig Allergol Clin Immunol 2006; 16(3):148-155

³ Stinson RJ, Sadofsky LR. Part II – imidazolines and rhinitis medicamentosa: how can we tackle the rebound dilemma? Front Pharmacol 2025; 16: 1655254

Emser® Nasenspray: Wirkstoff: Natürliches Emser Salz. **Zusammensetzung:** Ein Sprühstoß enthält: Wirkstoffe: 1,645 mg Natürliches Emser Salz (Analysenwerte der Ionen in g/kg: Lithium 0,21, Natrium 308,7, Kalium 6,11, Magnesium 0,291, Calcium 0,016, Mangan 0,0001, Eisen (II, III) 0,003, Fluorid 0,078, Chlorid 188,4, Bromid 0,202, Iodid 0,005, Nitrat 0,355, Sulfat 10,3, Hydrogencarbonat 474,4, Carbonat 14,0). Sonstige Bestandteile: Gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiete:** Zur unterstützenden Behandlung durch Befeuchtung, Reinigung und Abschwellung der Nasenschleimhaut bei banalen akuten Infektionen der oberen Atemwege und chronischen Rhinosinusitiden und als begleitende Behandlungsmaßnahmen zur Beschleunigung des Heilungsprozesses nach endonasaler Nebenhöhlenoperation. **Gegenanzeigen:** keine bekannt. **Nebenwirkungen:** selten leichte Reizerscheinungen wie Brennen und Kribbeln in der Nase und Kopfschmerzen, sehr selten Epistaxis. Uriach Germany GmbH, 56130 Bad Emst.