

Faktenblatt – Infekte der oberen Atemwege

Definition

Infekte der oberen Atemwege betreffen Nase, Rachen, Mandeln und die Nasennebenhöhlen.

👉 Abgrenzung: Unterer Atemtrakt beginnt ab der Luftröhre (Trachea) und Bronchien → siehe Podcast-Episode 5 „Atmung – Grundlagen zum Verständnis“.

Epidemiologie

Häufigste Infektionen im ambulanten Bereich weltweit.

Erwachsene: ca. 2–4 Episoden pro Jahr.

Kinder: bis zu 8–12 Episoden pro Jahr.

Über 90 % durch Viren verursacht, verlaufen meist selbstlimitierend.

Typische Krankheitsbilder mit Symptomen

- Schnupfen (Rhinitis): laufende oder verstopfte Nase, Niesen, leichtes Krankheitsgefühl.
- Nasennebenhöhlenentzündung (Sinusitis): Kopfschmerzen, Druck- oder Klopfschmerz über Stirn/Kieferhöhlen, verstärkte Beschwerden beim Bücken.
- Rachenentzündung / Mandelentzündung (Pharyngitis, Tonsillitis): Halsschmerzen, Schluckbeschwerden, evtl. Fieber, vereiterte Mandeln.
- Kehlkopfentzündung (Laryngitis): Heiserkeit, trockener Reizhusten, Kratzen im Hals.

Red Flags – Wann zum Arzt?

- Fieber > 39 °C oder deutlich reduzierter Allgemeinzustand.
- Beschwerden länger als 7–10 Tage oder erneute Zunahme nach Besserung.
- Starke Schluckbeschwerden oder Schluckunfähigkeit.
- Einseitige starke Halsschmerzen, kloßige Sprache, evtl. Kieferklemme → Hinweis auf Peritonsillarabszess (selten, aber ernst).
- Zunehmende Kopfschmerzen, Druck- oder Klopfschmerz über Stirn-/Kieferhöhlen, evtl. Augenbeteiligung (Schwellung, Doppelbilder) → mögliche Komplikation einer Sinusitis.
- Menschen mit geschwächtem Immunsystem: unter Medikamenten (z. B. Cortison, Chemotherapie), angeborene oder erworbene Defekte, ältere Menschen mit Mehrfacherkrankungen.

Selbstmaßnahmen

- Ausreichend trinken.
- Körperliche Schonung.
- Symptomverlauf beobachten → bei Red Flags ärztliche Abklärung.

Prüfungsrelevante Abgrenzungen

- Obere vs. untere Atemwege: Reizhusten unspezifisch; produktiver Husten + Atemnot spricht eher für Bronchitis/Pneumonie.
- Banaler Schnupfen vs. Sinusitis: < 7 Tage meist viral; > 7 Tage oder zunehmende Beschwerden plus Kopfschmerzen, Klopfschmerz über Nebenhöhlen, Fieber → Verdacht auf bakterielle Beteiligung.

- Halsschmerzen viral vs. bakteriell: Hinweise auf bakterielle Angina = hohes Fieber, fehlender Husten, eitrige Beläge, vergrößerte Lymphknoten.

Quellen (Basis)

Halsschmerzen - DEGAM. (o. J.). Abgerufen 30. August 2025, von <https://www.degam.de/leitlinie-s3-053-010>