

Gesundheitslexikon Arbeitsplatz

Die häufigsten gesundheitlichen Beschwerden am Arbeitsplatz verteilen sich wie folgt:

■ Muskel-Skelett	22,6%
■ Atemwege	15,5%
■ Verletzungen	14,4%
■ Psychische Erkrankungen	9,8%

Quelle: DAK-Gesundheitsreport 2005

Atemwege

Schnupfen

Einer Sage zufolge ist die Rille zwischen Nase und Mund, in die beim Schnupfen das Nasensekret herunter zu laufen pflegt, der Fingerabdruck eines Engels, den dieser dem Neugeborenen auf den Mund gelegt hat. Vielleicht macht der Gedanke an diese Geschichte die triefende Nase das nächste Mal erträglicher.

Schnupfen ist eine Entzündung der Nasenschleimhaut mit Juck - und Niesreiz und vermehrter Flüssigkeitsausscheidung. Er ist meist das erste Symptom einer Erkältung oder einer Grippe. Bei Heuschnupfen reagiert die Nasenschleimhaut auf einen Reiz (z. B. Blütenpollen) mit vermehrter Sekretion.

Trockene Nasenschleimhäute (Sicca-Syndrom)

Beim Sicca-Syndrom produzieren die Drüsen in der Nase zuwenig Sekret, dadurch wird die Nasenschleimhaut nur unzureichend angefeuchtet. Vor allem in trockenen Räumen wie klimatisierten Büros sind die Voraussetzungen für eine Behebung des Problems nicht gerade die besten.

Nasennebenhöhlenentzündung

Ob die Neandertaler ihre Höhle immer fein sauber hielten, bleibt dahin gestellt. Der menschliche Körper neigt in jedem Fall zur Reinlichkeit. Die Nasennebenhöhlen werden gesäubert, indem die Schleimhaut größere Mengen an Sekret produziert, das in den Nasen-Rachenraum abfließt. Bei einer Allergie oder Erkältung schwillt die Schleimhaut an, der Abfluss wird verlegt und das Sekret staut sich in der Höhle. Ein anhaltender Schnupfen oder/und eine verstopfte Nase mit Fieber und Kopfschmerzen sind die Symptome.

Bronchitis

Akute Bronchitis: Eine Erkältung oder Grippe ist meist die Ursache einer Schleimhautentzündung der Bronchien, d. h. der größeren Atemwege. Zigarettenrauch, kaltes Wetter oder verschmutzte Luft sind begünstigende Faktoren.

Chronische Bronchitis: Im Gegensatz zu einer akuten Bronchitis, bei welcher der Husten nach Abklingen der Erkältung wieder aufhört, ist er bei dem chronischen Geschehen mehrere Monate lang im Jahr ein ständiger Begleiter. Hauptursache zu 90 % ist das Rauchen. Die Inhaltsstoffe der Zigarette zerstören Flimmerhärchen, Schleimhaut und die kleinen Lungenbläschen. Die Folgen sind Atemnot und Leistungsschwäche.

Polypen

Polypen sind Schleimhautvorwölbungen, die in der Nase die Atemwege verlegen. Schnarchen, Schnupfen und eine evtl. eingeschränkte Nasenatmung sind die Folgen.

Kehlkopfentzündung (Laryngitis), Entzündung der Rachenschleimhaut (Pharyngitis)

Eine krächzende Stimme oder gar nur ein rudimentärer Versuch, seine Belange an den Mann zu bringen sind auf eine Entzündung der Kehlkopf- oder/und Rachenschleimhaut - mit Beteiligung der Stimmbänder - zurückzuführen. In vielen Fällen ist ein Virus wie z. B. das Grippevirus Schuld oder aber auch zu langes, lautes Reden in trockenen, rauchigen Räumen.

Die Ursachen für eine *chronische Entzündung des Rachens* sind die gleichen: Zigarettenrauch, Staub oder Chemikalien.

Mandelentzündung (Angina tonsillaris)

Eine Entzündung der Gaumenmandeln wird in den meisten Fällen durch einen besonderen Bakterienstamm - Streptokokken der Gruppe A - hervorgerufen. Typisch ist der plötzliche Beginn mit hohem Fieber, Schmerzen beim Schluck und einem schlechten Allgemeinbefinden.