



Zur laryngealen osteopathischen Manipulation wird der Kopf des Patienten mit einer Hand in stabiler und leicht nach vorne geneigter Position gehalten, während die andere Hand palpiert (links).

Werden beiden Hände für einen Griff benötigt, kann der Kopf an den Oberkörper des Behandlers angelehnt und so stabilisiert werden (rechts). Zur jeweiligen Behandlung einer Kehlkopfseite ist ein Wechsel der Stellung und der aktiven Hand erforderlich.

Häufiges Globusgefühl: Zuviel Spannung im Schlund

Ein Globusgefühl im Hals ohne organisches Korrelat ist ein häufiges Symptom in der Allgemeinbevölkerung, verbunden mit teils jahrelangem Leidensdruck. Den Betroffenen kann meist gut geholfen werden.

Von Thomas Meißner

Jeder kennt Situationen, die einem „die Kehle zuschnüren“ oder das Gefühl, einen „Kloß im Hals“ zu haben. Wenn die emotional aufwühlende Situation vorbei ist, legt sich das wieder – normalerweise. Nicht wenige Menschen leiden jedoch permanent unter einem Globusgefühl (Globus pharyngis).

Schlucken zu können ist lebensnotwendig. So verwundert es nicht,

wenn häufig wiederkehrende oder permanente Missempfindungen im Bereich des Schluckapparats Sorgen oder Ängste auslösen – Ängste, die die Symptome womöglich verstärken. Finden sich keine organischen Veränderungen, die das Engegefühl im Hals erklären würden, kann mit guten Erfolgsaussichten auf die psychischen und muskulären Aspekte des Phänomens eingegangen wer-

den. „Nach unseren Erfahrungen ist das Korrelat des Globusgefühls bei sehr vielen betroffenen Patienten eine übermäßige Anspannung der paralaryngealen und pharyngealen Muskulatur“, berichten Dr. Susanne Fleischer vom Medical Voice Center in Hamburg und Kollegen in einem Fachbeitrag. Nach Meinung von Dr. Astrid Marek, ehemals HNO-Ärztin am St. Elisabeth-Hospital Bochum,

kommt der Halsregion auch aus psychosomatischer Sicht eine wesentliche Bedeutung zu (HNO-Nachrichten 2022; 52(4):26-31 und 32-37).

Die Spezialistinnen sehen wesentliche Ursachen des Globusgefühls zum einen in einer psychosomatischen Reaktion mit Anspannung vor allem der Schlundsnürer (Mm. constrictores pharyngis) oder zum anderen in einer funktionellen Hyperaktivität der Halsmuskulatur. Letzteres kann zum Beispiel bei zu hoher Sprechstimmlage als prädisponierendem Faktor der Fall sein, bei nicht ökonomischer Stimmgebung oder wegen einer ungünstigen Kopf/Hals-Haltung beim Sprechen. Muskuläre Verspannungen und emotionale Faktoren lassen sich als Einheit auffassen. Die HNO-Ärzte stellen zudem vielfach einen hoch oder weit nach hinten gezogenen Kehlkopf fest, bedingt durch die chronisch angespannte Halsmuskulatur und begleitet von einem außerdem verspannten Mundboden.

„Wir fragen unsere Patienten stets nach möglichen auslösenden Faktoren und nach beschwerdeverstärkenden Faktoren“, erklärt Susanne Fleischer im Gespräch mit der Ärzte Zeitung. „Viele geben dann beruflichen oder familiären Stress an: Es ist jemand in der Familie



Dehnen der Mundbodenmuskulatur, hier durch das beidseitige Seitwärtsziehen der in den Mundboden gedrückten Finger. Die Dehnung in anterior-posteriorer Richtung wird hier nicht dargestellt.



Die infrahyoidale Muskulatur („strap muscles“) mit den vier paarigen Muskeln M. sternohyoideus, M. sternothyroideus, M. thyrohyoideus und M. omohyoideus kann durch das Seitwärts- und Hochziehen des Kehlkopfes am Hyoid mit gleichzeitigem Herabdrücken der Schulter beziehungsweise des Sternums (hier nicht gezeigt) gedehnt werden.



Dehnen der unteren Halsmuskulatur: Mit der rechten Hand wird die linke Schilddrüse schräg nach rechts oben gezogen. Die linke Hand stabilisiert den oberen Thorax und drückt nach unten.

gestorben oder schwer erkrankt, muss gepflegt werden, Trennungen vom Partner – das Spektrum ist groß.“ Die HNO-Ärztin ist außerdem Fachärztin für Phoniatrie und beurteilt außer der Sprechstimmlage zudem Stimmklang, Atemtyp, Resonanz und Artikulation. Störungen dieser Aspekte können Teil des Problems sein.

„Ich fordere auch dazu auf, zu zeigen, wo genau die Beschwerden sitzen“, sagt Fleischer. Typisch für Globus-pharyngis-Patienten: Sie zeigen auf den Hinterrand des Schildknorpels, „klassischerweise beidseits, seltener einseitig.“ Die Palpation der Region ist meist ebenfalls schmerzhaft. Bei dieser Untersuchung sind die nahe gelegenen Karotiden zu beachten: Zu starker Druck kann Schwindel oder eine Ohnmacht auslösen (Karotissinusreflex). Ein weiteres Phänomen: Beim Leerschlucken sind die Beschwerden deutlicher als beim Essen. Fleischer: „Essen wird eher angenehm empfunden, weil sich der Schlundschwürer beim Schlucken des Nahrungsbreis entspannt.“

Wurde das Globusgefühl ohne Vorliegen organischer Korrelate früher den somatoformen Störungen zugeordnet oder als „Globus hystericus“ bezeichnet, wird das Phänomen in der ICD-11 als körperliche Belastungsstörung erfasst, auf die eine übermäßige Aufmerksamkeit gerichtet wird. Damit entfällt der zwingend notwendige Ausschluss körperlicher Ursachen als Diagnosekriterium, erläutert Astrid Marek in ihrem Beitrag. Im Vordergrund der Beurteilung steht damit der Leidensdruck.

Allerdings sollten die Patienten schon zur indirekten Laryngoskopie in einer HNO-Praxis vorgestellt werden, meint Susanne Fleischer. Viele Patienten reagierten erleichtert, wenn sie ein kurzes Video ihres laryngoskopischen Befundes demonstriert bekommen und verstehen, dass „da nichts ist“. „Der Umfang der Diagnostik hängt dann auch davon ab, wie typisch die Beschwerden sind.“ Und falls eine konservative Therapie nicht hilft, sollte natürlich die weitere übliche Diagnostik erfolgen, etwa mit Computer- oder MRT. Doch nicht jeder Patient brauche eine Schnittbildgebung oder gar Panendoskopie von Rachenraum, Kehlkopf und oberer Speiseröhre in Narkose.

„Wichtig ist zu vermitteln, dass das keine eingebildeten Beschwerden sind. Wenn ich erkläre, dass es die Halsmuskulatur ist, die das Fremdkörper- und Engegefühl verursacht, können das die Patienten meist gut akzeptieren“, so Fleischer. Wenn die Anamnese typisch sei und die Befunde passen, könne mit einer manuellen Behandlung versucht werden, die Halsmuskulatur zu dehnen, sodass deren Spannung nachlässt. Das Hamburger Team aus Ärzten und entsprechend ausgebildeten Logopädinnen praktiziert die

laryngeale osteopathische Therapie nach Jacob Lieberman. Dabei handelt es sich um eine Form der manuellen Therapie, um die Halsmuskulatur zu dehnen und zu lockern. Bereits nach wenigen Sitzungen spüren die meisten Betroffenen eine deutliche Verbesserung, so die langjährigen Erfahrungen.

Kommen die Patienten mit dem Globusgefühl in die Sprechstunde, besteht die Chance, dass sie den Effekt der osteopathischen Behandlung direkt spüren. Damit verstehen sie, dass tatsächlich die verspannte Halsmuskulatur die Beschwerden

auslöst. Die Ärztin betont, dass es sich dabei keinesfalls um eine ungezielte Massage handelt. Das Dehnen der Muskeln sei teils schmerzhaft. Oft spüren die Patienten bis zu 24 Stunden lang verschiedene Nachwirkungen wie Müdigkeit, Schmerzen, ein Gefühl der Verschleimung oder emotionale Reaktionen.

Weiterhin ist es hilfreich, wenn die Patienten den Zusammenhang zwischen Globusgefühl, muskulärer sowie emotionaler Anspannung nachvollziehen können und lernen, die Mechanismen zu identifizieren, die zur Symptomatik führen.

Gegebenenfalls können sie selbst bestimmte Handgriffe zur Muskeldehnung vornehmen. Bestehen Auffälligkeiten in der Stimmgebung, ist das Einüben neuer Bewegungsmuster beim Stimmgebrauch im Rahmen einer Stimmtherapie empfehlenswert, teilweise auch eine psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlung. Marek empfiehlt auch allgemeine Entspannungstechniken oder die Progressive Muskelrelaxation. Ziel aller Bemühungen ist es, den Regelkreis zwischen Stress, Fremdkörpergefühl und hoher Muskelspannung zu durchbrechen.