



© Benjamin Thorn / pixelio.de

## OH GOTT HERR DOKTOR, ICH HABE DOCH NICHT ETWA TINNITUS?

**Tinnitus als Phänomen unserer lauten, stressigen Zeiten.** Wir leben in lauten Zeiten: Verkehrslärm, laute Musik, Lärm am Arbeitsplatz – all diese Faktoren können bei längerer Einwirkung zu Hörstörungen führen. Ein Hörverlust kann ein subjektiv empfundenes Ohrgeräusch auslösen. Ebenso können auch psychische Belastungen ein Pfeifen, Brummen, Rauschen oder Klopfen auslösen. In den seltensten Fällen ist Tinnitus ein objektiv fassbares Geräusch, z.B. als Kontraktion von Innenohrmuskeln, Knirschen im Kiefergelenk oder Pulsieren von Gefäßschlaufen.

**Tinnitus als Hype.** Ausgehend von einem gewissen Hype in den späten Neunzigern, in denen Tinnitus in den Massenmedien zur „Volkskrankheit“ erklärt wurde (unter kräftiger Mithilfe von einigen HNO-Professoren) hält sich eine diffuse Angst und Katastrophisierung unter den Betroffenen, wie sie aus dem Titel dieses Artikels ersichtlich wird.

**Tinnitus als Folge von Abnutzung der Haarzellen.** Ohrgeräusche können mannigfaltige Ursachen haben, meist entstehen sie jedoch als Folge von einer beginnenden Hochtonschwerhörigkeit durch Abnutzungserscheinungen des Innenohres im Alter oder nach jahrelangem Lärm. Hierbei werden die hohen Frequenzen mehr betroffen, da die Hörhaarzellen hierfür aus physikalischen Gründen (kürzere Wellenlänge) im unteren Teil der Hörschnecke liegen, wo sie zwangsläufig mehr Schallenergie ausgesetzt sind. (Durch die Schneckenform nimmt die Schallenergie im oberen Teil der Schnecke immer mehr ab, so dass das tieffrequente Hören länger erhalten bleibt.)

**Tinnitus bei Hörverlust – Hörgeräte können helfen.** Diese Form des Tinnitus lässt sich oft mit einem Hörgerät zum Verschwinden bringen. Das vermehrte Angebot von Hörreizen im bisher unterstimulierten hochfrequenten Bereich lässt das Gehirn den eingebauten Verstärker wieder herunterdrehen und während des Tragens des Hörgerätes verschwindet der Tinnitus nahezu vollständig. Zudem kann sich der Patient durch Umgebungsgeräusche (Radio, CD-Player, etc., evtl. mit Einschlaf-Automatik) v.a. beim Einschlafen Ablenkung schaffen. Somit wird der Tinnitus meist weniger schlimm empfunden und kann im Laufe der Zeit vergessen oder verlernt werden.

**Tinnitus bei intaktem Hörvermögen.** Auch Menschen mit intaktem Hörvermögen können Tinnitus haben, wobei hier eine gestörte Signalverarbeitung und -wahrnehmung im Gehirn als Ursache vermutet wird. Tinnitus ist hier häufig das Signal des Körpers für langanhaltenden Stress. Zur Beseitigung des Tinnitus sollte der Stress als auslösender Faktor

angegangen werden, zum Beispiel im Rahmen einer Tinnitus-Kur in einer Tinnitus-Klinik (z.B. in Bad Salzuflen oder Bad Arolsen, um zwei Orte in der Nähe zu nennen). Ziel dieser Kuren ist die Akzeptanz von Tinnitus als körpereigenes, nicht bedrohliches Symptom und der gelassene Umgang damit sowie das Erlernen von Strategien zum Abbau von Stress.

Die Kosten der Kur werden von den meisten Krankenkassen übernommen, nicht jedoch Kost und Unterkunft am Kurort.

**Medikamentöse Therapie.** Eine medikamentöse Behandlung des Tinnitus ist nur in Ausnahmefällen – z.B. beim akuten Hörsturz – erfolgreich und wissenschaftlich nicht gut genug untersucht, um von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt zu werden. Die Verbesserung durch Medikamente im Vergleich zu Spontanheilung eines Hörsturzes wird auf ca. zehn Prozent geschätzt, wobei man wissen muss, dass sich 50% aller Hörstürze von alleine geben. Somit kann man eine Verbesserung des Hörsturzes bei ca. 60% aller medikamentös Behandelten vermuten. Die Kosten belaufen sich auf 15 Euro für Tabletten bis knapp 200 Euro für eine ambulante Infusionstherapie. Diese Kosten sind vom Patienten alleine zu tragen.

**Obskure Therapien.** Eine so diffuse und ungeklärte Krankheit wie Tinnitus zieht zwangsläufig jede Menge an selbsternannten idealistischen oder auch geschäftstüchtigen Heilern an, die Magnet-Spulen, modifizierte MP3-Player, Vitamin-Kuren, Homoöpathika, Bachblüten und anderen Unfug an die Frau oder den Mann bringen möchten. Der Autor dieses Artikels beurteilt die Erfolgsaussichten dieser Therapien als maximal auf dem Niveau einer Placebo-Behandlung.

**Zusammenfassung.** Tinnitus ist ein oft gut behandelbares Phänomen des Ohres und des Gehirns, das unterschiedlichste Ursachen haben kann. Als Betroffener sollte man sich nicht von dem „Krankheitshype“ und der allgemeinen „Tinnitus-Angst“ anstecken lassen, da diese das Problem eher verschlimmern. Erprobte Therapiemöglichkeiten sind vorhanden. Lärmschutz in Beruf und Freizeit können Schäden am Innenohr und damit Tinnitus verhindern.

JÖRG DÄHN

FACHARZT FÜR HALS-, NASEN- UND OHRENHEILKUNDE



HALS-NASEN-OHREN-HEILKUNDE

Dr. Frank-Peter Bauer, Dr. Morad Ilbagian,  
Dr. Volker Zastrow, Jörg Dähn