

Presseinformation

## **Teufelskreis Tinnitus durchbrechen**

### **Deutsche Tinnitus Liga und HNOnet NRW stimmen neues Behandlungskonzept ab**

**Duisburg, März 2014.** Knacken, Pfeifen, Piepen oder Rauschen – Tinnitus hat viele Gesichter. Allen Betroffenen gemeinsam: Der ständige akustische Begleiter lässt ihnen keinen Moment Ruhe. Etwa jeder zehnte Deutsche leidet darunter, wenn auch meistens nur vorübergehend. Ohne Unterstützung schaffen es nur die wenigsten, mit dem Tinnitus umzugehen. Ein neues Behandlungskonzept lässt Betroffene nun aufhorchen und gibt Hoffnung, dauerhaft den unliebsamen Geräuschen zu entschwenden.

„Tinnitus ist keine Krankheit, sondern ein Symptom, dass oft auch in Folge von Stress auftritt“, erklärt HNO-Arzt Dr. Uso Walter, Vorsitzender des HNOnet NRW. „Umgekehrt stellt der Tinnitus selbst einen Stressfaktor dar, der unbehandelt zu Ängsten oder Depressionen führen kann.“ Um den Teufelskreis zu durchbrechen, erfordert es eine richtige Beratung und individuelle Therapie. „Daher informieren wir Betroffene in einem Patientenvortrag zunächst ausführlich, bevor wir in Einzelgesprächen gemeinsam mit dem Betroffenen ein Therapiekonzept entwickeln. Die Behandlung selbst setzt sich je nach Bedarf aus psychologischen und verhaltenstherapeutischen Aspekten, hörverbessernden Maßnahmen, einem speziellen Hörtraining sowie Entspannungs- und Bewegungstherapie zusammen“, erklärt Dr. Walter, der mit dem HNOnet NRW gemeinsam mit der Deutschen Tinnitusliga den neuen Behandlungsansatz entwickelt hat.

Ähnlich wie bei chronischen Schmerzen neigt das Gehirn dazu, den Tinnitus immer weiter zu verstärken und Reizmuster auszubilden. Diese bleiben selbst dann bestehen, wenn die eigentliche Ursache der

**Pressekontakt**

*komm | public!*

Romy Robst

Große Düwelstraße 28

30171 Hannover

[robst@komm-public.de](mailto:robst@komm-public.de)

fon: 0511-89 88 10 - 11

fax: 0511-89 88 10 - 10

**Direktkontakt**

HNOnet NRW eG

Dr. Uso Walter

Mülheimer Straße 70

47057 Duisburg

[mail@hnonet-nrw.de](mailto:mail@hnonet-nrw.de)

fon: 0221-13 98 36 - 69

fax: 0221- 13 98 36 - 65

Beschwerden längst erfolgreich behoben wurde. Daher ist der bedeutendste und zugleich schwerste Punkt bei der Behandlung das Erlernen von Strategien, welche die natürlichen akustischen Filter im Gehirn aktivieren. „Jeder Moment, in dem Betroffene keine Ohrgeräusche wahrnehmen, ist ein Schritt in die richtige Richtung, um das vom Gehirn erlernte Schema aufzulösen“ erläutert Dr. Uso Walter.

Risikofaktoren für die Entstehung von Tinnitus sind akute Lärmtraumata, chronischer Lärm oder zunehmend auch das Hören von zu lauter Musik. Aber auch Stress, muskuläre Probleme im Kiefergelenk oder der Halswirbelsäule stellen mögliche Ursachen dar. Wer sich diesen Risikofaktoren nicht aussetzt, hat gute Chancen, auch im hohen Alter stille Momente in Ruhe genießen zu können. [www.hnonet-nrw.de](http://www.hnonet-nrw.de)