

Presseinformation

## **Plötzlich ganz still – wenn Dauerbelastung aufs Ohr geht Stress häufig Ursache von Hörstürzen**

**Duisburg, April 2013.** Stress kennt jeder. Egal ob durch zu viel Arbeit, Haushalt oder Sozialleben – immer mehr Menschen fühlen sich zunehmend davon betroffen. Stete Anspannung und dauernder Druck belasten dabei nicht nur die Psyche, sondern auch den Körper und äußern sich von Mensch zu Mensch unterschiedlich. Der eine leidet unter Migräne, beim anderen schlägt es auf den Magen und der Dritte hört nichts mehr. Wenn es zu einem Hörsturz kommt, schreit der Körper förmlich „Stopp!“. Ihre Belastungsgrenze haben Betroffene zu dem Zeitpunkt schon längst überschritten. Um bleibende Hörstörungen oder einen oft daraus folgenden Tinnitus zu vermeiden, gehen Patienten am besten sofort zum HNO-Arzt.

„Je schneller HNO-Ärzte einen Hörsturz behandeln, desto besser stehen die Chancen für Patienten ihr Hörvermögen vollständig wiederzuerlangen“, erklärt Dr. Uso Walter, HNO-Arzt aus Duisburg und Vorstandsvorsitzender des HNOnet NRW. Wie genau Stress Hörstürze auslöst, wissen Mediziner noch nicht. Vermutlich verursacht ein vermehrter Adrenalin-Ausstoß Verengungen der kleinsten Blutgefäße und damit eine Sauerstoffunterversorgung der empfindlichen Sinneshärchen im Innenohr. Üblicherweise verabreichen HNO-Fachärzte daher zur Therapie Kortison oder andere durchblutungsfördernde Medikamente. „Als wichtigste Maßnahme gilt es, die Durchblutung wieder ausreichend herzustellen. Haarzellen im Innenohr, welche Geräusche in elektrische Nervenimpulse umwandeln, bekommen mithilfe entsprechender Medikamente wieder ausreichend Sauerstoff“, erläutert Dr. Walter. Bessert sich durch herkömmliche Maßnahmen das Hörvermögen der Patienten nicht, setzen HNO-Ärzte auch auf alternative Behandlungsmöglichkeiten wie Akupunktur und Vitamingaben.

Hören Betroffene nach der Therapie wieder besser, gilt es, nicht in alte Verhaltensmuster zurückzufallen. Sonst folgt womöglich bald der nächste

**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

Hörsturz. HNO-Ärzte empfehlen stressgeplagten Menschen, ihre Lebensgewohnheiten dauerhaft umzustellen. Vorzugsweise bauen sie vorbeugend mehr Erholungs- und Entspannungsphasen in ihren Alltag ein und reduzieren unnötigen Druck sowie andere belastende Faktoren. Darüber hinaus verzichten sie nach Möglichkeit auf laute Musik, denn diese bedeutet zumindest für das Gehör Stress. Wer sich viel bewegt und ausreichend schläft, hilft hingegen Hörstürze zu vermeiden.

[www.hnonet-nrw.de](http://www.hnonet-nrw.de)