

# Tinnitus – vom Pfeifen und Klingeln

Hals, Nase, Ohren: Schildern Sie uns Ihr Problem, Experten beraten Sie / Heute beantworten wir drei Leserfragen

**GLADBECK.** (greis/komm-public) Sie fragen sich, warum Ihre Ohren sausen, Ihr Auge tränt, oder die Nase andauernd läuft. Für einen Arztbesuch erscheinen Ihnen ihre Beschwerden noch zu geringfügig. Nun haben Sie die Möglichkeit, erst einmal ganz unverbindlich bei einem HNO-Experten aus dem Vest nachzufragen, was wohl los sein könnte. In Zusammenarbeit mit dem HNO-Net NRW beantworten wir Ihre Fragen. Natürlich ersetzt das keineswegs eine persönliche Behandlung beim Arzt Ihres Vertrauens.

**Renate I.:** Ich habe immer wieder Rauschen im rechten Ohr und dann Schwierigkeiten, einer Unterhaltung zu folgen. Oft rauscht es auch, wenn ich im Bett liege. Je nach Kopfbewegung wird es lauter oder leiser. Am Blutdruck liegt es aber nicht, den kontrolliere ich regelmäßig. Welche Ursachen sind möglich?

**Notburga R.:** Seit längerem treten bei mir Druck im Ohr und Ohrgeräusche sporadisch auf. Kann dies der Grund für heftige Schwindelanfälle

sein? Und kommen auch psychische Ursachen, wie Stress, Aufregung oder Überanstrengung als Ursache für Ohrgeräusche in Frage?

**Renate B.:** Nach meiner Akustikusneurinom-OP im Jahr 2007 habe ich links mein Gehör bisher nicht wiedererlangt, aber leide seitdem an Tinnitus und Gleichgewichtsstörungen. Fahrradfahren macht mir Angst. Gibt es eine Therapie?

**Dr. Henning Keimer, praktizierender Hals-Nasen-Ohren-Arzt in Gladbeck und Mitglied im HNO-Net NRW:** „Störende Ohrgeräusche wie Rauschen, Pfeifen oder Piepen, die ohne das Vorhandensein eines tatsächlichen Geräusches von Ihnen wahrgenommen werden, bezeichnen Ärzte als Tinnitus. Im medizinischen Sinne handelt es sich dabei jedoch um keine eigentliche Erkrankung, sondern um ein Symptom. Dabei wird Tinnitus gelegentlich von Schwindelanfällen, Gleichgewichtsstörungen sowie Druckgefühlen im Ohr begleitet. Häufig tritt er in Folge von Stress auf. Umgekehrt stellt Tinnitus selbst einen Stressfaktor dar, der unbehandelt zu Ängsten oder Depressionen führen kann. Um den Teufels-

kreis zu durchbrechen, erfordert es richtige Beratung und individuelle Therapie. Ähnlich wie bei der Entstehung chronischer Schmerzen neigt das Gehirn dazu, den Tinnitus immer weiter zu verstärken und Reizmuster auszubilden.

Diese bleiben selbst dann bestehen, wenn die eigentliche Ursache der Beschwerden längst erfolgreich behoben wurde. Daher ist der bedeutendste und zugleich schwierigste Punkt bei der Behandlung das Erlernen von Strategien, welche die natürlichen akustischen Filter im Gehirn aktivieren. Jeder Moment, in dem Sie keine Ohrgeräusche wahrnehmen, ist ein Schritt

## Adaptive Neuromodulation

in die richtige Richtung, um das vom Gehirn erlernte Schema aufzulösen.

Das HNO-Net NRW, ein Netzwerk von HNO-Fachärzten, hat einen neuen Behandlungsansatz gemeinsam mit der Deutschen Tinnitusliga entwickelt. Dabei informieren wir Betroffene in einem Patientenvortrag zunächst ausführlich über das Thema, bevor wir in Einzelgesprächen gemeinsam 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. Aber auch krankengymnastische Übungen, manuelle Therapien oder eine Aufbiss-Schiene können angezeigt sein. Eine weitere neue Therapieform stellt die sogenannte

Tinnitus ist ein äußerst unangenehmes Problem.

—FOTO: IWD



Wir haben ein Ohr für Sie

Heute:  
Tinnitus



Dr. Henning Keimer,  
HNO-Arzt in Gladbeck.

adaptive Neuromodulation dar. Auf Basis eines komplexen mathematischen Algorithmus wird die krankhafte Reaktion der Nervenzellen im Hörzentrum gestört, die für den Tinnitus verantwortlich sind. Dies geschieht nicht-invasiv mit gezielten akustischen Signalen. Dabei nutzt der Arzt ein kleines programmiertes Gerät, das Impulse der Neuromodulation über einen Kopfhörer, ähnlich einem MP-3 Player, vermittelt.

Risikofaktoren für die Entstehung von Tinnitus sind akute Lärmtraumata, chronischer Lärm oder zunehmend

## Hören von zu lauter Musik

auch Hören von zu lauter Musik. Aber auch Stress, muskuläre Probleme im Kiefergelenk oder der Halswirbelsäule stellen mögliche Ursachen dar. Es kommen aber auch andere or-

ganische Krankheiten in Frage. So gilt ein starker Blutdruckabfall mit einer nachfolgenden Minderdurchblutung des Innenohrs als potenzieller Auslöser für Tinnitus, genau so wie Morbus Menière, also Drehschwindel, oder eine gutartige Geschwulst am Hör- und Gleichgewichtsnerven, das sogenannte Akustikusneurinom. Generell ist es wichtig, bei ersten Anzeichen von Tinnitus einen HNO-Arzt aufzusuchen.“