



GESUND  
&  
SCHÖN



EXTRATIP-SPRECHSTUNDE: TINNITUS

# Es piept und rauscht im Ohr

UNIVERSITÄTSMEDIZIN : UMG  
GÖTTINGEN  
**ExtraTIP** SPRECHSTUNDE

Dr. Nicola Strenzke beantwortet Fragen zum Thema **Tinnitus**

Ein Viertel aller Menschen kennt das: Es piept im Ohr oder rauscht. Das Klingeln der Ohren heißt im Lateinischen Tinnitus aurium, kurz: Tinnitus. In der großen Mehrzahl der Fälle verschwindet das Geräusch einfach wieder. Wo das nicht der Fall ist, kann diese Erkrankung, obwohl sie keine Organe schädigt oder sonst gefährlich ist, das Leben ein bisschen zur Hölle machen.

Vieles dabei ist „Kopfsache“: Die einen nehmen die Ohrgeräusche eher gelassen hin, anderen gelingt das nicht und das Leben wird ernsthaft beeinträchtigt. Psychische Probleme können auch der Auslöser sein, Tinnitus geht oft mit Angststörungen einher. In den meisten Fällen treten die Ohrgeräusche aber altersbedingt auf, gehen mit Schwerhörigkeit einher.

Die Behandlung sollte möglichst früh erfolgen: Wer Ohrgeräusche hat, sollte auf jeden Fall einen Facharzt nachschauen lassen.

Eine medikamentöse Behandlung ist allenfalls im Frühstadium sinnvoll und schwierig. Zum einen ist über die Krankheitsmechanismen zu wenig bekannt, um sie gezielt behandeln zu können, zum anderen gelangen Wirkstoffe nur schwer bis in das Innenohr. Eine Lokalbehandlung über das Mittelohr, wie sie derzeit in einigen Studien erprobt wird, ist aufwändig und risikoreich. Die genauen Ursachen und Zusammenhänge sind beim Tinnitus nicht abschließend erforscht, sehr vielen Betroffenen kann aber gut geholfen werden. Wie, das steht



Dr. Nicola Strenzke von der AG auditorische Systemphysiologie der Abteilung für HNO-Heilkunde an der Universitätsmedizin Göttingen. Foto: Wenzel

in den Antworten von Dr. Nicola Strenzke von der Abteilung für HNO-Heilkunde an der Universitätsmedizin Göttingen, auf die Fragen der ExtraTIP-Leser:

**Ich (weiblich, 33) höre einen leisen Piepton, zudem verspüre ich Druck auf meinen Ohren. Leider hilft der Druckausgleich (wie im Flieger) nicht. Manchmal geht der Druck kurz weg und wenn ich schlucke ist der Druck wieder da. Kommt dieses Druckgefühl vom Tinnitus?**

Auslöser des Druckgefühls ist der Tinnitus eher nicht. Dass diese beiden Symptome gleichzeitig auftreten, ist aber nicht untypisch.

**Mein Vater (63) ist Typ 1 Diabetiker und Frührentner. Er leidet seit einigen Jahren unter schwerem Tinnitus, auf einem Ohr hört er kaum etwas. Kann man Abhilfe schaffen,**

**zum Beispiel durch ein Hörgerät? Muss der Patient dieses Gerät selber zahlen? Mein Vater hat als Schlosser an Nähmaschinen und großen Pressen gearbeitet.**

Wer schwerhörig ist, hat sehr oft auch Tinnitus. Man erklärt das mit einem Ungleichgewicht: Weil das Ohr weniger Geräusche „liefert“ als es eigentlich müsste, wird zusätzlich eine Geräuschkulisse produziert. Beweisen kann man das mit einem einfachen Versuch: Von zehn Menschen, die nur wenige Minuten in einem schalltoten Raum verbringen, entwickeln neun Ohrgeräusche.

Die Chancen, dass Ihrem Vater ein Hörgerät hilft, stehen also sehr gut, da damit wieder mehr Geräusche wahrgenommen werden. Es gibt auch Modelle, die ein künstliches Rauschen produzieren und so gegen den Tinnitus helfen. Solche Geräte erhält man beim Akustiker auch zum Ausprobieren.

Im Fall von Schwerhörigkeit gibt es klare Richtlinien der Krankenkassen bezüglich der Bezuschussung von Hörgeräten. Mit dem Hinweis auf einen Tinnitus kann die ärztliche Verordnung eines Hörgeräts oder Rauschgeräts auch außerhalb des Regelfalls erfolgen.

Ist das Problem – wie in Ihrem Fall sehr wahrscheinlich – berufsbedingt, fragen Sie auf jeden Fall auch bei der Berufsgenossenschaft nach, auch die übernimmt Kosten!

**Für meinen Tinnitus habe ich einmal Naftilong verschrieben bekommen. Dieses Mittel hat**

**gut gewirkt. Gibt es etwas ähnliches, was frei verkäuflich ist?**

Naftilong ist ein durchblutungsförderndes Medikament. Es gibt Patienten, die berichten, dass solche Mittel ihnen geholfen haben. Da die Wirksamkeit aber nie wissenschaftlich fundiert nachgewiesen werden konnte, werden diese Medikamente nicht mehr verschrieben, die Kosten nicht von den Kassen übernommen. Frei verkäufliche Gingko-Extrakte wirken ebenfalls durchblutungsfördernd und können einzelnen Patienten helfen.

**Ich (weiblich, 28) leide seit elf Jahren an einem chronischen Tinnitus, hervorgerufen durch laute Musik. Gibt es irgendetwas, was den Tinnitus verbessern oder verschwinden lassen kann? Gibt es die Möglichkeit, dass Gehör vollständig wieder herzustellen? Ich möchte mich für den Polizeidienst bewerben. Wie stehen die Chancen, dass ich dort mit**

**einem Tinnitus aufgenommen werde?**

Das Gehör selbst kann nicht wieder hergestellt werden, das geht nur mit einem Hörgerät – wie schon bei der zweiten Frage beschrieben. Damit werden sehr gute Erfolge erzielt und auch junge Menschen sollten sich dieser Lösung nicht verschließen.

Ob Sie mit Ihrem Tinnitus bei der Polizei aufgenommen werden, das wird ein Amtsarzt entscheiden. Hilfreich wird es dabei sein, wenn Sie Ihre Hörtestergebnisse der letzten Jahre parat haben. Wenn sich das Hörvermögen nicht verschlechtert hat, könnten Ihre Chancen besser stehen. Ein stressiger Beruf kann den Tinnitus jedoch auch verschlimmern.

**Ich habe Tinnitus seitdem meine Halswirbel von einem Chiropraktiker eingerenkt wurden. Soll ich jetzt wieder zum Chiropraktiker gehen, um den Tinnitus wieder los zu werden?**

Dass Probleme an der Halswirbelsäule Ohrgeräusche verursachen, kommt häufig vor. Ein Einrenken der Halswirbel im engeren Sinne ist eigentlich nicht zu empfehlen, die Verspannungen müssen aber gelöst und Fehlstellungen vorsichtig korrigiert werden. Ob und wie Ihre Halswirbelsäule behandelt werden muss, müssen Sie aber unbedingt von einem Orthopäden abklären lassen. Aufschlussreich ist oft auch eine Überprüfung der Kiefergelenke!

**Ich habe ein Piepen im Ohr seitdem ich eine Art Burn Out und ein schlimmes Erlebnis hatte... Kann Tinnitus vom Stress kommen? Ich habe auch Schweißausbrüche, Herzrhythmusstörungen und Schlafstörungen.**

Ja, Tinnitus kann auch in Stress-Situationen oder kurz danach auftreten. Oft befindet sich der Patient hier in einem Teufelskreis: In einer angespannten Lebenssituation fällt es schwerer, die Ohrgeräusche gelassen zu ertragen, sie werden dann auch viel lauter wahrgenommen. Das wiederum sorgt für mehr Stress... Vielen Tinnitus-Patienten hilft deshalb eine psychologisch orientierte Therapie. Hier lernt man durch Entspannungs- und Ablenkungs-Methoden, den Tinnitus in den Hintergrund zu drängen. Solche Therapien werden unter anderem in speziellen Tinnitus-Rehabilitationskliniken, aber auch in Göttingen im Therapie- und Beratungszentrum (TBZ) am Georg-Elias-Müller-Institut für Psychologie angeboten



Tinnitus kann das Leben zur Hölle machen.

Foto: Archiv