

Das „Klingeln der Ohren“

Ich denke, dass jeder den Begriff Tinnitus schon einmal gehört hat. Der Begriff kommt, wie so vieles in der Medizin, aus dem lateinischen und bedeutet schlicht und einfach „klingeln“.

Doch was überhaupt ist ein Tinnitus? Es beschreibt, dass die Betroffenen etwas hören ohne dass Schallwellen, also Geräusche, das Ohr treffen. Diesen Effekt kann man auch bei Hörgesunden künstlich erzeugen, bei den Allermeisten reicht ein Aufenthalt von wenigen Minuten in einer schalldichten Kabine, um Geräusche wahrzunehmen welche es gar nicht gibt.

Die Ohrgeräusche sind bei jedem Betroffenen anders, es kann ein Brummtönen, Pfeifen, Zischen, Knacken oder Klopfen sein. Ebenso kann es konstant gleich laut sein oder aber stark schwankend. Manchmal ist dieses von der Tageszeit abhängig, aber auch Stress und ähnliches kann sich auf die Lautstärke auswirken. Wie Sie sehen, sind die Auswirkungen und Wahrnehmung sehr individuell.

Es ist aber sehr wahrscheinlich, dass jeder diese Geräusche als kurzen, vorübergehenden Effekt kennt: sei es nach einem Konzert, Diskothekenbesuch oder auch einem Feuerwerk; am nächsten Morgen rauscht oder pfeift es in den Ohren. Zum Glück geht dieses nach der Erholung wieder vorbei, aber so äußert das Ohr deutlich, dass es überlastet wurde und es sollte uns allen zur Warnung gereichen dem Gehör nicht zu oft eine solche Belastung anzutun!

Aber ab wann sprechen wir von einem Tinnitus? Als Tinnitus wird ein langanhaltendes Ohrgeräusch bezeichnet und wenn es mehr als drei Monate anhält, redet man von einem chronischen Tinnitus.

Ebenso wird zwischen dem sehr seltenen „objektiven Tinnitus“ welchem eine Schallquelle im Körper zugeordnet werden kann und dem viel öfter vorkommenden „subjektiven Tinnitus“ ohne eine Geräuschquelle unterschieden.

Die Ursachen für diesen subjektiven Tinnitus sind extrem vielfältig, sehr häufig steht er im Zusammenhang mit einer Lärmschwerhörigkeit, kann aber auch die Folge eines Knalltrauma, Hörsturzes, Tauchunfall und vielem mehr sein.

Je nach Schweregrad kann es sein, dass der Tinnitus für die Betroffenen keine oder nur geringe Einschränkungen mit sich bringt, man lernt sozusagen miteinander zu leben. Für rund 5% der Betroffenen ist der Tinnitus aber eine schwerwiegende Belastung und wirkt sich auf viele Bereiche des Lebens aus: vielfach werden Schlafstörungen genannt, genau wie auch Konzentrationsstörungen bis hin zu Depressionen und Angststörungen.

Doch was ist bei einem Tinnitus zu tun:

- Auf jeden Fall muss beim Auftreten von anhaltenden Ohrgeräuschen ein HNO-Arzt zur Abklärung der Ursache und Einleitung einer Therapie aufgesucht werden
- Bei einem chronischen Tinnitus sollten Sie sich bei einem Akustiker beraten lassen. Sehr oft kann durch den Ausgleich einer vorhandenen Schwerhörig-

keit eine Besserung erreicht werden. In manchen Fällen gelingt es auch, den Tinnitus durch spezielle Geräte zu „maskieren“ so dass er deutlich geringer wahrgenommen wird.

- Sehr hilfreich bei einem chronischen Tinnitus ist eine Verhaltenstherapie
- Generell sollte versucht werden Stressfaktoren so weit wie möglich auszuschalten
- Leider ist ein Tinnitus sehr individuell, daher ist es oft erforderlich mit viel Geduld verschiedene Therapien zu probieren um den eigenen Weg zu finden.

Für weitere Informationen und Beratungen stehen wir Ihnen gern in unserem Geschäft zur Verfügung, vereinbaren Sie einfach einen Termin unter der Telefonnummer 0661/20611433.

Bleiben Sie gesund!

Ihre Gabi Schmitka.