

03. August 2016

RADIOBEITRAG als Text

Tinnitus: Wenn's in den Ohren klingelt

Anmoderation:

Ein Pfeifen, Rauschen oder Klingeln in den Ohren – das kennen viele. Man spricht dann von einem Tinnitus. Die Ursachen dafür können ganz unterschiedlich sein, ebenso wie der Leidensdruck, den Betroffene empfinden können. Wie man vorbeugen und was man dagegen tun kann, darüber hat sich Kristin Sporbeck bei Dr. Gerhard Schillinger informiert. Er ist Leiter des Stabs Medizin und Arzt im AOK-Bundesverband.

Länge: 1.56 Minuten

Dr. Gerhard Schillinger:

Tinnitus ist ein Ohrgeräusch, das kann ein Pfeifen, ein Klingeln, ein Rasseln, ein Pulsieren oder ein Rauschen sein. Und meistens ist bei dem subjektiven Tinnitus das Geräusch von außen gar nicht zu hören, das heißt das Geräusch entsteht im Innenohr selbst oder in den Bahnen vom Innenohr zum Gehirn.

Text: Das erklärt Dr. Gerhard Schillinger, Arzt im AOK-Bundesverband. Auslöser gibt es verschiedene – in vielen Fällen spielt eine Schädigung des Gehörs eine Rolle.

Dr. Gerhard Schillinger:

Die Ursachen des Tinnitus sind nicht immer klar, aber man weiß, dass Tinnitus sehr häufig mit Hörstörungen oder Hörschäden verbunden ist, meistens auf einer ähnlichen Frequenz wie das

Tinnitus-Geräusch. Und bei Hörschäden wissen wir, wodurch sie häufig ausgelöst werden, das ist zum Beispiel zu laute Musik in Konzerten oder auch durch ständiges, zu lautes Hören; oder laute Geräusche bei der Arbeit, weswegen man ja auch einen Gehörschutz tragen sollte, oder auch ein Hörsturz kann zu Hörschäden führen und auch zum Tinnitus.

Text: Um vorzubeugen, gilt es also, das Gehör zu schützen – das heißt: Lärm meiden oder einen Gehörschutz tragen. Bei lauten Veranstaltungen wie Konzert- und Clubbesuchen, helfen schon kleine Ohrstöpsel. Zwar kennen viele Menschen einen Tinnitus, einige leiden aber sehr darunter, so Schillinger.

Dr. Gerhard Schillinger:

Bei manchen Menschen ist der Tinnitus den ganzen Tag über zu hören und manche leiden dann so sehr unter diesem Geräusch, dass sogar Schlafstörungen oder auch Depressionen auftreten können. Für die Behandlung des Tinnitus gibt es sehr viele unterschiedliche Therapien. Leider ist es so, dass diese Therapien in den Studien noch keinen ausreichenden Nachweis gebracht haben, dass sie wirken. Was aber ganz sicher wirkt, wenn man sehr schwere Belastungen hat durch den Tinnitus bis hin zur Depression, Schlafstörungen und so weiter, dann hilft eine Verhaltenstherapie wirklich effektiv und das ist auch die einzige Maßnahme, die die Hals-Nasen-Ohren-Ärzte in ihrer aktuellen Leitlinie wirklich empfehlen.