

# Gegen das „Klingeln“ im Kopf

Vortrag zu Tinnitus im Sonnenhof Obernkirchen / Dr. Bock: Zusammenhang mit Stress

VON VERA WEDIG

Die Plätze im großen Speisesaal des Sonnenhofes in Obernkirchen waren alle besetzt, als Dr. Bernward Bock seinen Vortrag zum Thema Tinnitus präsentierte. Das Publikum war sehr gemischt. Heimbewohner wie Interessierte aus dem Umland waren gekommen, um sich über dieses weit verbreitete Leiden zu informieren.

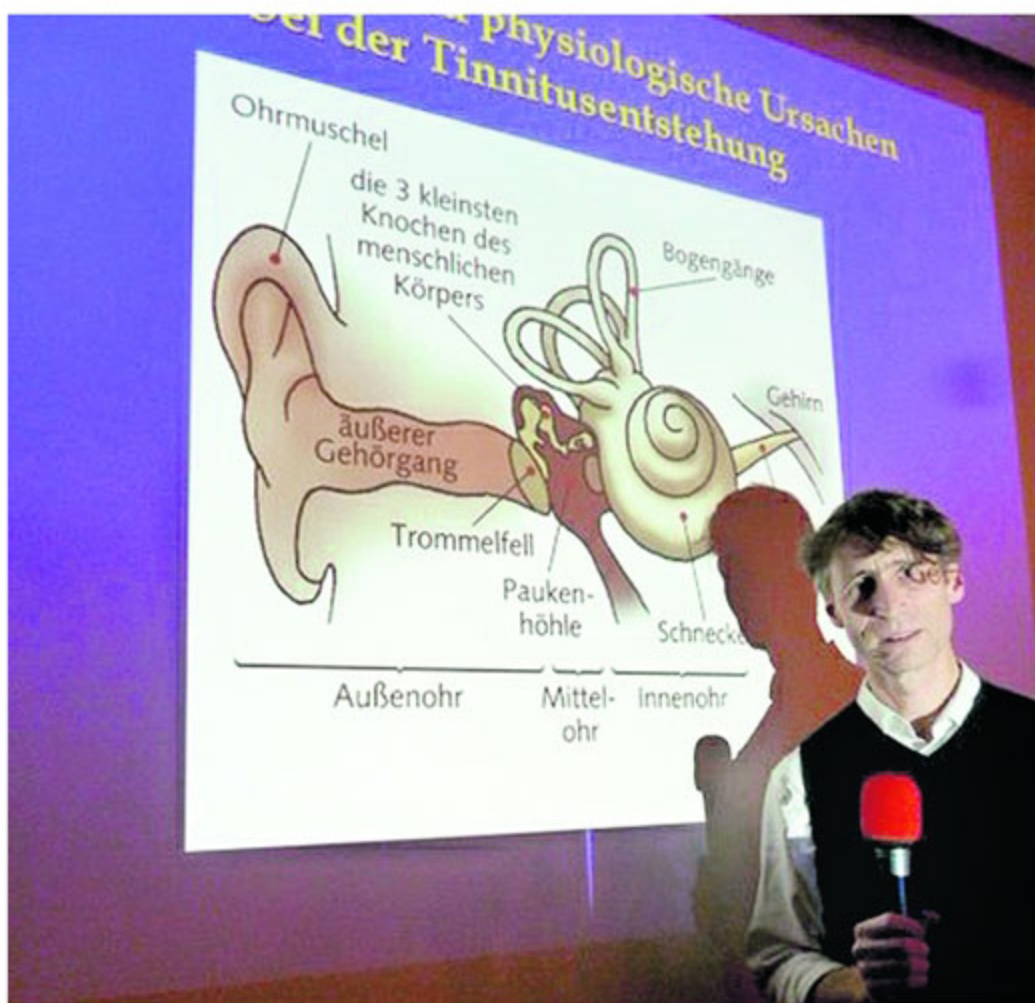
Ein Tinnitus ist nichts anderes als ein im Ohr empfundenes Geräusch, das sehr viele unterschiedliche Ursachen haben kann. Der Begriff kommt aus dem Lateinischen und bedeutet so viel wie „Klingeln“. Die Empfindung des Tinnitus kann aber auch viele andere Qualitäten haben. Manche Betroffene nehmen ein Rauschen oder Brummen wahr, andere sprechen von Pfeifgeräuschen oder einem Sirren und Sausen im Ohr oder auch im ganzen Kopf.

Es ist inzwischen bekannt, dass annähernd drei Millionen Menschen allein in Deutschland an Ohrgeräuschen leiden. Fast ein Drittel davon benötigt ärztliche Hilfe. Sind die Geräusche derart störend und das allgemeine Wohlbefinden beeinträchtigend, dass die Betroffenen unter einem erheblichen Leidensdruck stehen, spricht man von einem dekompensierten Tinnitus. Spätestens dann sollte der Hals-Nasen-Ohrenarzt aufgesucht werden.

## Tinnitus tritt häufiger im höheren Alter auf

Das Hauptanliegen von Bock, HNO-Arzt in Stadthagen, war es an diesem Abend, deutlich zu machen, dass eine sorgfältige fachärztliche Untersuchung immer notwendig ist, bevor mögliche therapeutische Schritte eingeleitet werden. Ein weiteres Anliegen wurde deutlich: Die weit verbreitete Angst davor zu nehmen, dass irgendwas Unerklärliches und damit Bedrohliches zugrunde liegt.

Häufig besteht beispielsweise die begleitende Furcht vor einem Tumor im Kopf oder einem drohenden Schlaganfall. Natürlich können auch ernst-



Bernward Bock bei seinem Vortrag zur Tinnitus-Problematik im Sonnenhof in Obernkirchen.

vw

hafte Grunderkrankungen existieren. Häufig handelt es sich aber um eine Störung in dem empfindlichen Teil des Ohres, in dem die Hörempfindung von den Sinneszellen auf den Hörnerven weitergeleitet wird.

Dieser Bereich im Innenohr ist von einer guten Sauerstoff- und Nährstoffversorgung abhängig. Dort spielen sich auch häufig Hörerkrankungen und Hörstürze ab, weswegen Bock in diesem Zusammenhang den Tinnitus auch als akustisches Warnsignal, vergleichbar einer Signalhupe, bezeichnet.

Ein Tinnitus tritt besonders häufig im höheren Lebensalter auf. Aber auch jüngere Menschen, in selteneren Fällen sogar Kinder, können betroffen sein. Der häufig vermutete Zusammenhang mit Stresssituationen wurde ebenfalls ausführlich thematisiert.

Man weiß, dass es Zusam-

menhänge zwischen Stress und dem Auftreten von Tinnitus gibt. Diese Zusammenhänge lassen sich am ehesten mit Reaktionen im sogenannten autonomen Nervensystem und mit Störungen in den Nervenverbindungen der Hirnrinde erklären. Beides hat ebenfalls einen besonderen Einfluss auf unsere Hörempfindung im Gehirn. Denn das Gehirn als „oberste Hörzentrale“ spielt im Laufe eines Tinnitusleidens immer eine Rolle, besonders im Falle einer chronischen Entwicklung, also wenn der Tinnitus länger als drei Monate besteht. Aus dieser Erkenntnis leiten sich dann auch Therapieoptionen ab, die häufig über alleinige Cortisongaben hinausgehen. Diese sind manchmal im Frühstadium berechtigt. „Retraining“ ist hier ein wichtiges Stichwort. Dazu zählen alle Maßnahmen, die ein

allmähliches „Überhören“ des quälenden Ohrgeräusches ermöglichen. Diese gehen über alleinige Gaben von Infusionen und/oder Medikamenten, die nicht alle von den Krankenkassen bezahlt werden, hinaus. Viele Beispiele und Möglichkeiten wurden an diesem Abend genannt.

## Umfassende Diagnose vor jeder Therapie

Viele Fragen aus den Reihen der interessierten Zuhörer konnten beantwortet werden. Auch wenn der Tinnitus nach wie vor ein herausforderndes Problem in der HNO-Medizin ist: Es gibt heute gute Therapieansätze und Möglichkeiten zur Hilfe. Ganz am Anfang stehen aber eine umfassende Diagnostik und eine gute Beratung durch ein Hals-Nasen-Ohren-Spezialisten.