

Radeloff: Tinnitus lässt sich überlagern

VON KLAUS HILKMANN

Die Besucherinnen und Besucher hatten den Vorträgen der beiden Referenten sehr aufmerksam zugehört. Der folgende Text gibt einen Überblick über Fragen aus dem Publikum an Prof. Dr. Andreas Radeloff und seine Antworten:

Kann ein Tinnitus durch übermäßigen Lärm am Arbeitsplatz ausgelöst werden?

Radeloff: Ja. Es ist medizinisch und wissenschaftlich unstrittig, dass das Tinnitus-Risiko durch eine starke Lärmbelastung am Arbeitsplatz erhöht wird. Das gilt übrigens auch für die Freizeit. Bei mir wurde der Tinnitus mit 18 durch einen Diskobesuch ausgelöst.

Wie kann der HNO-Arzt bei einem Tinnitus helfen?

Radeloff: Das Behandlungsziel ist vor allem, das störende Ohrgeräusch bestmöglich zu kompensieren. Das Geräusch ist dann zwar noch da, wird aber nicht mehr als übermäßige Belastung wahrgenommen. Hilfreich sind neben der Vermeidung von Stress insbesondere Techniken, die von dem quälenden Geräusch ablenken. Das Gehör kann im besten Fall so geschult werden, dass die Tinnitusgeräusche zum Beispiel durch Musik überlagert werden, die als angenehm empfunden wird. Die Lautstärke sollte dabei in etwa der des Tinnitusgeräusches entsprechen. Medikamente können den Tinnitus dagegen nicht verbessern.

Kann es sein, dass eine Kieferfehlstellung für die Ohrgeräusche verantwortlich sind?

Radeloff: Das ist durchaus möglich und sollte möglichst zeitnah ärztlich abgeklärt werden. Mitunter können auch verschiedene Ohrerkrankungen oder eine Blockade in der Halswirbelsäule für unerklärliche Ohrgeräusche sorgen. Diese werden wie bei einem Tinnitus von den Betroffenen jeweils sehr unterschiedlich wahrgenommen.



Ärztammer-Geschäftsführerin Clarissa Schallenberger, der Vorsitzende der Ärztekammer-Betriebsstelle Prof. Dr. Dordje Lazovic sowie Prof. Dr. Andreas Radeloff und Prof. Dr. Rene Hurlemann (v.l.) beantworteten viele Fragen. BILD: SASCHA STUBER

Das Leben mit dem Ohrgeräusch

TINNITUS Referenten informierten beim 57. Gesundheitsforum über Therapieoptionen

VON KLAUS HILKMANN

VERANSTALTUNG DER ÄRZTEKAMMER UND DER NORDWEST-ZEITUNG

Prof. Dr. Andreas Radeloff leitet seit 2016 die Universitätsklinik für HNO-Medizin am Evangelischen Krankenhaus Oldenburg. Der Facharzt für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde ist auch in der Forschung zur Verbesserung von Hörimplantaten aktiv.

Prof. Dr. Rene Hurlemann ist Direktor der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Karl-Jaspers-Klinik in Bad Zwischenahn. Er ist zudem Professor für Medizin- und Gesundheitswissenschaften an der Universität Oldenburg.

Das Gesundheitsforum ist eine gemeinsame Veranstaltung der Ärztekammer Niedersachsen, Bezirksstelle Oldenburg, und der Nordwest-Zeitung. Es wurde im Jahr 1991 gegründet. Bei der 57. Auflage stand das Thema Tinnitus im Fokus.

OLDENBURG - Ein mit mehr als 250 Besuchern fast komplett gefüllter Saal. Referenten mit neuesten Informationen aus Praxis und Wissenschaft sowie zahlreiche stets sachliche Fragen aus dem Publikum: Das 57. Gesundheitsforum der Ärztekammer Niedersachsen (ÄKN) und der Nordwest Zeitung zum Thema Tinnitus brachte für viele Betroffene und ihre Angehörigen neue Erkenntnisse. „Endlich werden wir ernst genommen“, betonten einige Teilnehmer, die sich im PFL nach der gut zweistündigen Veranstaltung zu einem kurzen Erfahrungsaustausch zusammengefunden hatten.

Als Moderator hatte der neue Vorstandsvorsitzende der ÄKN-Betriebsstelle Oldenburg, Prof. Dr. Dordje Lazovic, die Referenten „als Idealbesetzung“ vorgestellt. Mit den Fachärzten Prof. Dr. Andreas Radeloff und Prof. Dr. Rene Hurlemann habe man zwei in der Region aktive Fachleute gewonnen, die in der Tinnitus-Behandlung- und Forschung weit über Oldenburg hinaus anerkannt seien. Beide Referenten berichteten, dass sie selbst seit vielen Jahren mit einem Tinnitus leben.

Prof. Radeloff erklärte, dass die Medizin unter einem objektiven und dem deutlich häufigeren subjektiven Tinnitus unterscheidet, bei dem die Ohrgeräusche nur von dem Betroffenen wahrgenommen werden. Wenn das dauernde Fiepen oder Brummen im Ohr drei Monate oder länger anhält, liege ein chronischer Verlauf vor, der dann in der Regel ein lebenslanger Begleiter des Tinnitus-Betroffenen bleibt.

Verdacht zeitnah klären

Warum ein Tinnitus entsteht, ist in der Wissenschaft noch nicht geklärt. Als mögliche Auslöser gelten vor allem eine hohe Lärmbelastung, negativer Stress und psychische Probleme. Da auch verschiedene Ohrerkrankungen und

Fehlstellungen des Kiefergelenks sehr unangenehme Begleitgeräusche verursachen können, müsse im Verdachtsfall zeitnah abgeklärt werden ob es sich wirklich um einen Tinnitus handelt.

Sobald die Diagnose klar sei, gebe es für Betroffene eine gute und eine weniger gute Nachricht. Einerseits müsse man mit einem chronischen Tinnitus für immer leben, betonte Prof. Radeloff. „Andererseits gibt es sehr gute Therapiemöglichkeiten, mit denen sich die Belastung deutlich reduzieren lässt.“

Dass ein Tinnitus und eine Depression häufig miteinander korrespondieren, erklärte Prof. Hurlemann. „Bei diesen Erkrankungen ist es oft so wie bei der Henne und dem Ei. Man weiß nicht, was zuerst da

war.“ Sicher ist, dass viele psychisch kranke Menschen auch einen Tinnitus entwickeln. Gleich erkrankte ein Großteil der Tinnitus-Betroffenen früher oder später auch an einer Depression. Aktuelle Studien gehen hier von einem Anteil von bis zu 30 Prozent aus.

Psychische Faktoren

Bei der Behandlung einer Depression stehe auch bei Menschen mit einem Tinnitus zunächst im Fokus, Risikofaktoren wie Ängste oder Stress zu erkennen. Darauf basierend könne man den meisten Patienten mit einer psychotherapeutischen Behandlung helfen, betont Prof. Hurlemann: „Oft gelingt es, die Depression für lange Zeit oder sogar für immer zu überwinden.“

Hurlemann: Betroffene sind oft verzweifelt

VON KLAUS HILKMANN

Was sich zwischen den Ohren im Gehirn abspielt, ist auch für einen Tinnitus wichtig. Bei vielen Betroffenen korrespondiert die Erkrankung mit einer Depression. Entsprechend gefragt war Prof. Dr. Rene Hurlemann bei vielen Besuchern:

Welche psychischen Symptome können mit einem Tinnitus verbunden sein?

Hurlemann: Ein Tinnitus kann sowohl als Begleiterscheinung einer Depression entstehen wie auch selbst psychische Störungen auslösen. Viele Tinnitus-Betroffene sind zutiefst verzweifelt, weil das unerträgliche Ohrgeräusch einfach nicht verschwindet. Oft leben sie zudem mit der dauernden Angst, dass sich der Tinnitus durch bestimmte Alltagssituationen weiter verschlimmert.

Gibt es neue Therapien?

Hurlemann: Ja. Bei der Behandlung von Depressionen haben wir zum Beispiel mit der transkraniellen Magnetstimulation sehr vielversprechende Erfahrungen gemacht. Das schonende Verfahren bewirkt eine Verbesserung der Stimmung und könnte möglicherweise auch in der Tinnitus-Therapie angewendet werden.

Ich leide als Tinnitus-Betroffene auch unter einer schweren Depression. Komme ich in eine geschlossene Abteilung, wenn ich Hilfe in der Klinik suche?

Hurlemann: Nein, wir haben in der Karl-Jaspers-Klinik auch nicht-stationäre Bereiche für Menschen eingerichtet, die nicht akut suizidgefährdet sind. Allerdings ist der Andrang in Folge der Coronapandemie derzeit so groß wie nie zuvor, so dass es mitunter leider eine lange Warteliste gibt. Wir haben aktuell das Problem, dass wir einfach weniger Personal und mehr Patienten haben. Falls Sie akute Hilfe benötigen, können sie mich aber gern persönlich nach der heutigen Veranstaltung ansprechen.

Wenn das Pfeifen und Rauschen im Ohr unerträglich wird

GESUNDHEITSFORUM Viele Menschen mit einem subjektiven Tinnitus fühlen sich in ihrem Leiden unverstanden und allein gelassen

VON KLAUS HILKMANN

OLDENBURG - Ein Tinnitus zählt in Deutschland zu den am weitesten verbreiteten Erkrankungen. Die Deutsche Tinnitus-Liga geht davon aus, dass bis zu vier Millionen Frauen und Männer permanent und dauerhaft mit mehr oder weniger stark ausgeprägten Ohrgeräuschen leben. Oft handelt es sich um eine leichte Form, die als wenig belastend empfunden wird. Für viele Betroffene ist das dauernde Pfeifen, Rauschen oder Brummen aber eine unerträgliche Belastung, die auch andere körperliche und psychische Erkrankungen auslösen kann.

Tinnitus-Patienten fühlen sich oft unverstanden und mit ihrem Problem allein gelassen. Häufig kann ihnen der HNO-Arzt nicht helfen. Wenn sich ein Tinnitus nur subjektiv bemerkbar macht, fehlt es oft auch in der Familie und Arbeitsplatz an Verständnis.

Ein chronischer Tinnitus kann sich schon in jüngeren Jahren in jedem Lebensalter entwickeln. Meistens tritt er erstmals im Alter zwischen 40 und 50 Jahre auf. Nach Angaben des Deutschen Berufsverbands der Hals-Nasen-Ohrenärzte korrespondiert Tinnitus oft mit beginnenden Hörproblemen. Demnach ist der Anteil bei hochgradig schwerhörigen



Der Saal war beim Gesundheitsforum im PFL zum Thema Tinnitus voll besetzt. BILD: SASCHA STUBER

oder gehörsen Menschen besonders hoch. Ein chronischer Tinnitus ist

weder medikamentös noch durch chirurgische Maßnahmen heilbar. Einmal aufgetre-

tene Ohrgeräusche bleiben ein lebenslanger Begleiter des Betroffenen. Dessen ungeachtet

gibt es inzwischen verschiedene Behandlungsmöglichkeiten, die das Leben mit der Erkrankung erleichtern und zu mehr Lebensqualität verhelfen können. Wichtig ist dafür zunächst eine umfassende Abklärung der Symptome und eine darauf basierende Aufklärung des Patienten.

Ziel ist, dass die Ohrgeräusche im Alltagsleben nicht mehr als dominant und unangenehm empfunden werden. Was man dafür tun kann, ist in jedem Einzelfall anders. Zum besseren Einschlafen könne eine angenehme Geräuschkulisse etwa mit Mozart-Klänge beitragen, die das Tinnitusgeräusch überlagern.