

## Arzt-Patienten-Seminar in Hamburg

# „Sind wir bei Tinnitus machtlos?“

von Klaus Bake

Die **Deutsche Tinnitus-Liga e.V.** und die **Tinnitus-Selbsthilfegruppe Hamburg-Jenfeld** hatten unter dieser Fragestellung am 25.8.10 zu einem Ärzte- und Patientenseminar eingeladen. Mehr als 300 Interessierte kamen in die restlos gefüllte Aula der HAW am Berliner Tor.

Mehr als 3 Millionen Deutsche leiden an chronischem Tinnitus. Die Referenten Volker Albert, Präsident der DTL, Dr. Helmut Schaaf, Oberarzt der Tinnitus-Klinik Hesse(n) in Bad Arolsen und Autor mehrerer Standardwerke zu diesem Thema und Dr. Petra Beyer-Niesen, Hamburger Hals-Nasen-Ohren-Ärztin und Mitbegründerin des Tinnitus-Zentrums Falkenried 7 waren sich einig: Es gibt keinen einfachen Weg gegen das quälende Dauergeräusch im Ohr. Es gibt bisher weder ein Medikament und noch einen „Apparat“, mit dem der Tinnitus nachweislich beseitigt werden kann. Viele Patienten werden zudem durch Fehlinformationen z.B. aus dem Internet oder Bekanntenkreis stark verunsichert. Dies führt bei vielen Betroffenen im Durchschnitt zu 10,1 Arztkontakten und entsprechenden Behandlungsversuchen. Jeder Fehlschlag jedoch verfestigt die Wahrnehmung des Ohrgeräusches und damit das Leiden der Betroffenen und Angehörigen. Hinzu kommt, dass der Tinnitus häufig einen hohen Leidensdruck erzeugt und viele Patienten in ihrer

Verzweiflung unwirksame therapeutische Angebote versuchen, die allein den Anbietern nutzen.

Als Ursache für Tinnitus wird heute eine Funktionsstörung im Gehirn angenommen. Neuere Forschungsergebnisse zeigen, dass es sich beim chronischen Tinnitus nicht „um eine Krankheit des Ohres“ handelt, sondern um eine Störung zentraler Verarbeitungsprozesse im Gehirn bei der Umwandlung von mechanischem Schall in elektrische Signale. Insbesondere Stress und eine erhöhte Aufmerksamkeitslenkung auf die wahrgenommenen Störgeräusche spielen eine maßgebliche Rolle bei der Aufrechterhaltung des Tinnitus. Das Ohrgeräusch wird primär als Warnsignal wahrgenommen und bekommt deshalb eine häufig zunehmende Aufmerksamkeit. Der Betroffene erhält also Tag und Nacht ein Warnsignal, steht damit unter Dauerstress mit allen negativen Folgen: Geringere Konzentrationsfähigkeit, Schlafstörungen, Aggression, Gesundheitsprobleme. Zudem kann das Geräusch das Kurzzeitgedächtnis beeinträchtigen, und bei einer Kombination mit einer Schwerhörigkeit wird vielen Menschen die Möglichkeit genommen, aus einem Gespräch den Gefühlsanteil wie zum Beispiel Ironie oder Sarkasmus herauszuhören. Häufig folgt der Rückzug von Freunden und Partner und damit eine soziale Isolation.

### Welche Therapie kann bei chronischem Tinnitus helfen?

Dr. Beyer-Niesen: Es gibt bis heute keine kausale, also ursächlich wirkende Therapie. Bewährt hat sich das am häufigsten eingesetzte Tinnitus-Bewältigungstraining, ein Ablenkungs- bzw. Umlenkungs-Training auf der Basis einer kognitiven Verhaltenstherapie. Häufig ist eine zusätzliche Hörgeräteversorgung sehr hilfreich. Das Erlernen einer Entspannungstechnik kann in vielfältiger Art helfen, dazu alle Aktivitäten, die Freude machen. Auch hier gilt: Jeder Betroffene ist anders, aber man kann von der reichhaltigen Erfahrung der Mit-Leidenden in den Selbsthilfegruppen profitieren.

Zum Abschluss kam ein wichtiger Hinweis der Referenten: Kein Arzt kann alles können. Deshalb sollte ein guter HNO-Arzt eine solide Diagnostik bei den Tinnitus-Patienten durchführen und sie dann gezielt zu einem interdisziplinären Team, welches die Tinnitus-Therapie durchführt, weiterleiten. Ziel der Therapie in Bad Arolsen und im Falkenried 7 in Hamburg ist es, den Leidensdruck und somit die Wahrnehmung des Ohrgeräusches zu reduzieren, so dass das Filtersystem des Gehirns wieder wirken kann.

