

### **Tinnitus: Ursachen und Behandlung der lästigen Ohrgeräusche**

**In unseren Ohren pfeift, summt oder piept es. Fast jeder Mensch hatte schon einmal mit Ohrgeräuschen zu kämpfen. Für kurze Zeit ist dies auch völlig normal. Doch was ist zu tun, wenn diese Geräusche im Ohr anhalten bzw. immer wieder auftreten? OA Dr. Christoph Balber, HNO-Facharzt am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern, spricht ausführlich über die Volkskrankheit Tinnitus.**

„Dieses ständige Piepsen in meinem Ohr nervt gewaltig“, „Mich begleitet schon länger ein Geräusch im Ohr, aber mir fällt es eigentlich gar nicht mehr auf“ oder „Ich höre eine leise Musik und dann kann ich trotzdem problemlos einschlafen“ – der Tinnitus wird von den Betroffenen ganz unterschiedlich beschrieben.

#### **Unterschiedliche Einteilungen von Tinnitus:**

- Akut: Setzt meistens plötzlich ein und geht oft mit Druckgefühl im Ohr oder einer Hörminderung einher. Am häufigsten einseitig, selten beidseitig.
- Chronisch: Die Ohrgeräusche und Beschwerden dauern länger als drei Monate an.
- Subjektiv: Für andere Menschen lässt sich das Ohrgeräusch in Untersuchungen nicht hörbar machen.
- Objektiv: Körpereigene Geräusche werden als Ton wahrgenommen. Dabei handelt es sich um Strömungsgeräusche wie zum Beispiel an den Herzklappen oder Engstellen an den Halsgefäßen.

Auch OA Dr. Christoph Balber, HNO-Spezialist am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern, muss sich regelmäßig mit dem Thema auseinandersetzen. *„Im Akutnahmefall haben wir zwei bis drei Patient\*innen täglich mit Tinnitus ähnlichen Geräuschen bei uns in der HNO-Ambulanz. Das ist schon häufig. Wir sprechen aber immerhin von einer Volkskrankheit“*, so der Mediziner. Wie geht man am besten bei den lästigen Ohrgeräuschen vor? Zunächst einmal müssen alle möglichen Ursachen, die man finden kann, ausgeschlossen werden. *„Wir überprüfen das Gehör, kontrollieren, ob sich Flüssigkeit im Mittelohr befindet. Manche Patient\*innen haben ein verschlagenes Ohr durch Schnupfen, einen verstopften Gehörgang oder zu hohen oder niedrigen Blutdruck. Ist dies der Fall, können die Symptome in der Regel behoben werden“*, sagt OA Dr. Balber.

Bis zu einer Million Menschen leiden in Österreich laut einer Statistik der Österreichischen Tinnitus-Liga (ÖTL) an immer wiederkehrenden Geräuschen, bei rund 200.000 davon spricht man von chronischem Tinnitus. Dieser gilt als unheilbar. *„Viele Leute haben ein kurzzeitiges Pfeifen, das nach rund zwei Minuten wieder weg ist. Betroffene, bei denen das Geräusch bleibt, müssen lernen damit umzugehen. Es gibt kein dafür zugelassenes Medikament, das das Pfeifen, Rauschen oder Piepsen einfach verschwinden lässt“*, sagt der HNO-Experte.

### **Entstehen von Tinnitus ohne fassbare Ursache**

Eine alleinige Ursache für Tinnitus gibt es nicht. Es handelt sich um eine spontane oder unnormale Aktivität im Hörsystem. Zu den Hauptrisikofaktoren zählen Lärmbelastung, Hörverluste und Stress. Gerade Stress-Situationen sind nicht zu unterschätzen. Einigen fällt es erst auf, wenn sie am Abend von der Arbeit nach Hause kommen und die Anspannung und der Druck nachlassen *„Die ständige Reizüberflutung im Alltag ist mit Sicherheit auch ein Thema. Man darf die Ruhe ruhig auch zulassen“*, so der Mediziner.

Akustische Knalltraumen (Feuerwerk oder ein Schuss) können ebenfalls einen Tinnitus auslösen, wenn das Gehör kurzzeitig einer extremen Lärmquelle ausgesetzt ist. Aufzupassen gilt es auch bei sehr lauter Musik durch Kopfhörer. Hierbei sind vor allem die In-Ear-Stöpsel gefährlicher als die gewöhnlichen Modelle. *„Die sogenannten offenen Kopfhörer strahlen den Ton nicht direkt ins Trommelfell. Dadurch sind sie für das Gehör schonender. Die im Ohr befindlichen Haarzellen können durch zu laute Musik dauerhaft geschädigt werden“*, sagt OA Dr. Balber.

Ab welchem Zeitpunkt sollten Betroffene Expert\*innen aufsuchen? „Wenn das Geräusch beispielsweise am Freitagabend erstmals auftritt und weiter anhält, wäre zu raten, nach dem Wochenende einen/eine HNO-Arzt/Ärztin aufzusuchen“, so OA Dr. Balber. Ist der lästige Begleiter im Ohr aber auch nach Wochen immer noch nicht weg, ist laut dem Mediziner in der Regel nicht davon auszugehen, dass er wieder verschwindet. Dann gilt es therapeutische Maßnahmen zu finden, die die Beschwerden lindern. Betroffene erlernen Techniken, den Tinnitus besser zu verarbeiten oder auch zurückdrängen zu können. Zudem können Behandlungsmöglichkeiten diverser Begleiterkrankungen wie Konzentrationsstörungen, Kopfschmerzen oder Schlafstörungen mit Expert\*innen besprochen werden. Auch die Exploration der psychischen Situation bzw. Modifikation der Lebenssituation wie zum Beispiel durch Psychotherapie kann hilfreich sein. Bei wiederum anderen kann ein Jobwechsel die Symptome verschwinden lassen.

Kontakt: [HNO, Kopf- und Halschirurgie | Barmherzige Schwestern | Ordensklinikum Linz](#)

### **Rückfragen für Journalist\*innen:**

Michael Prieschl

Tel. +43 664 8190795

[michael.prieschl@ordensklinikum.at](mailto:michael.prieschl@ordensklinikum.at)

[www.ordensklinikum.at](http://www.ordensklinikum.at)