

Tinnitus und Schwindel

Anhaltende oder wiederkehrende Ohrgeräusche, welche die Lebensqualität von Betroffenen stark beeinträchtigen können, werden als Tinnitus bezeichnet. Das Pfeifen oder Klingeln im Ohr kann alleine oder in Kombination mit Schwindel auftreten. Tinnitus und Schwindel sind keine eigenständigen Krankheiten, sondern Begleitsymptome anderer Erkrankungen.

Ursächliche Krankheitsbilder

Eine Funktionsbeeinträchtigung der Nervenzellen des Ohres, verursacht durch Infektionen, starke Lärmeinwirkung, Durchblutungsstörungen oder massiven Stress, kommt als Ursache ebenso in Betracht wie Innenohrerkrankungen. Zu diesen zählen insbesondere der Hörsturz und die Meniersche Erkrankung. Daneben können Funktionsstörungen der Halswirbelsäule und des Kiefergelenkes die Beschwerden auslösen.

In Bezug auf die Schwindelsymptomatik muss eine Abgrenzung zu anderen Krankheitsbildern erfolgen, da Schwindel auch bei zahlreichen inneren oder neurologischen Krankheiten auftritt.

Symptomatik

Patienten beschreiben Tinnitusbeschwerden als Geräusche im Ohr, die sie als "Pfeifen, Klingeln, Summen, Zischen oder Rauschen" wahrnehmen. Die Intensität kann gleichbleibend oder rhythmisch-pulsierend sein. Ohrgeräusche, die nur von Betroffenen wahrgenommen werden, bezeichnet man als **subjektiven Tinnitus**. Wesentlich seltener ist der **objektive Tinnitus**, bei dem eine Geräuschquelle im Körper nachgewiesen werden kann. Die ein- oder beidseitig auftretenden Beschwerden können vorübergehend oder von Dauer sein. Manchmal treten sie in schwierigen Lebenssituationen auf, als Warnzeichen, dass Körper und Seele überlastet sind.

Schwindel, der **in Verbindung mit Ohrgeräuschen** auftritt, ist häufig ein Hinweis auf eine Krankheit im Innenohr. Betroffene beschreiben die Störung als einen Verlust der Standfestigkeit und der Raumorientierung. Sie empfinden ein Schwanken und

Drehen und haben Angst vor einer drohenden Bewusstlosigkeit. Begleitend können Übelkeit und Erbrechen auftreten. Ausgelöst wird die Problematik durch eine Störung des Gleichgewichtsinns, der widersprüchliche Informationen der Sinnesorgane zugrunde liegen. Die Beschwerden verunsichern die Patienten und führen häufig zu einem sozialen Rückzug und beruflichen Problemen.

Folgebeschwerden wie Schlaf- und Konzentrationsstörungen, Angstzustände, Depressionen und eine verstärkte Geräuschempfindlichkeit (Hyperakusis) beeinträchtigen die Lebensqualität zusätzlich und müssen ebenfalls behandelt werden.

Arten von Tinnitus

Je nachdem, wie lange die Ohrgeräusche bestehen, wird unterschieden zwischen

- akutem Tinnitus (maximal 3 Monate)
- chronischem Tinnitus (länger als 3 Monate)

Abhängig vom Ausmaß der Beeinträchtigungen und dem psychischen Befinden des Patienten unterscheidet man zwischen

- kompensiertem Tinnitus
Der Patient nimmt das Ohrgeräusch wahr, kann aber damit umgehen. Seine Lebensqualität ist kaum beeinträchtigt, er empfindet keinen Leidensdruck.
- dekompenziertem Tinnitus
Das Ohrgeräusch beeinträchtigt den Patienten massiv und führt zu weiteren Beschwerden, wie z.B. Konzentrations- und Schlafstörungen, Angstzuständen und Depressionen. Der Leidensdruck ist sehr hoch.

Therapie

Da für den Behandlungserfolg die individuelle, ganzheitliche und multidisziplinäre Therapie der Grunderkrankung sowie der begleitenden Symptome wichtig ist, erstellt der Arzt zusammen mit dem Patienten ein Behandlungskonzept.

Dieses kann folgende Elemente beinhalten:

- Behandlung mit Medikamenten
Je früher die Tinnitus- und Schwindelbeschwerden therapiert werden, umso größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass eine Chronifizierung vermieden wird. In der Akutphase wird die Problematik abhängig von auslösenden Faktoren derzeit mit kortikoidhaltigen **Medikamenten** in Tabletten- oder Infusionsform behandelt.
- alternativmedizinische Behandlung
Zusätzlich zur pharmakologischen Behandlung kann nach Absprache mit dem Arzt Ginkgo Biloba eingenommen werden. Diese Heilpflanze soll die Durchblutung und Fließeigenschaft im Innenohr verbessern. Das Präparat gehört zu den zugelassenen pflanzlichen Heilmitteln und kann in der Apotheke bezogen werden. Die Kosten werden von der Krankenkasse nicht übernommen.
- Hörtherapie
Patienten, die unter einem chronischen Tinnitus leiden, lernen in der Hörtherapie bewusst zu hören. Das Gehör wird neu geschult. Durch die Konzentration auf andere Sinneswahrnehmungen werden die störenden Geräusche nicht mehr oder nur noch reduziert wahrgenommen. Die Kosten werden in der Regel von den Krankenkassen nicht übernommen.
- Psychotherapie
Ein wichtiger Baustein bei der Behandlung ist die **Psychotherapie**. Diese kommt vor allem für Betroffene, die durch die Problematik stark belastet sind und unter Begleiterkrankungen wie Depressionen oder Schlafstörungen leiden, infrage. Die Kosten übernimmt in der Regel die Krankenkasse.
- Tinnitus-Retraining
Ziel des Tinnitus-Retrainings ist, dass Patienten, die unter einem chronisch-dekompensierten Tinnitus leiden, diesen nicht mehr als störend wahrnehmen und ihn aus ihrem Bewusstsein verlieren. Neben Beratung und Aufklärung (Counseling) gehören psychologische Beratung, Entspannungstechniken und im Bedarfsfall eine Geräteversorgung zu den Therapieelementen.
- **Entspannungsmaßnahmen**
Stress spielt bei der Entstehung und Wahrnehmung von Tinnitus und Schwindel meist eine große Rolle. Um diesen zu reduzieren, sind entspannungsfördernde Maßnahmen wie autogenes Training, Feldenkrais oder progressive Muskelentspannung nach Jacobson zu empfehlen.

Die neueste Version des Artikels finden Sie unter:

http://www.neuraxwiki.de//artikel/details/329_Tinnitus_und_Schwindel.html

neuraxFoundation gemeinnützige GmbH

Elisabeth-Selbert-Str. 23

D-40764 Langenfeld

Telefon: 02173 - 999 85 00

E-Mail: info@neuraxWiki.de

Internet: www.neuraxWiki.de