

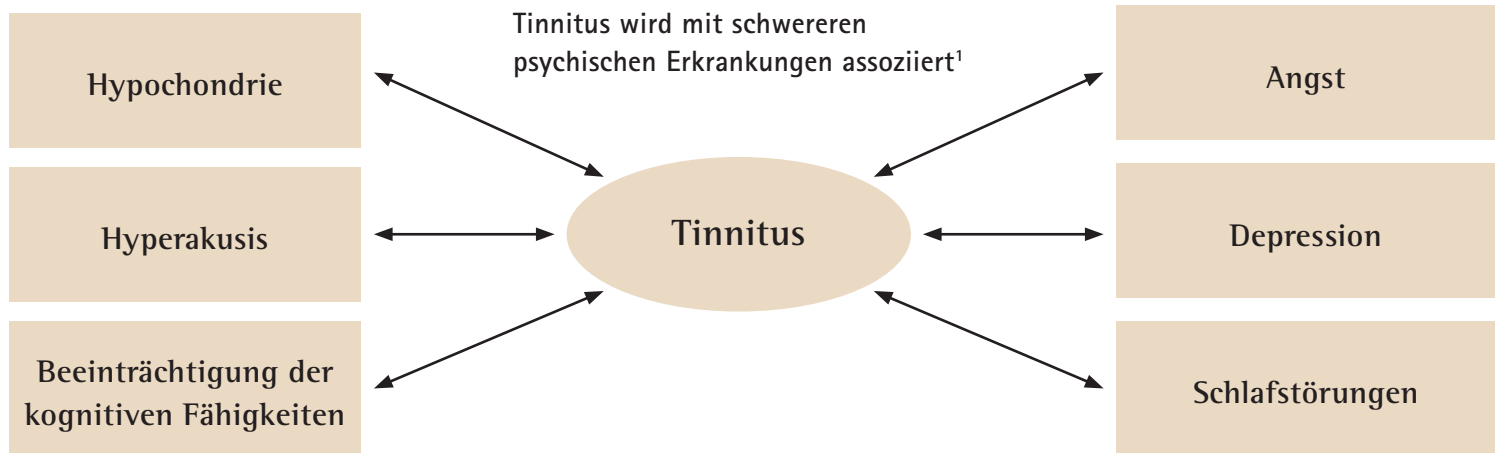
# Tinnitus Key Facts für Hausärzte

- Tinnitus bezeichnet die Wahrnehmung eines Ohrgeräuschs, das keine externe Schallquelle besitzt; ca. 10–15% der Bevölkerung leiden an Tinnitus. Das Ohrgeräusch wird in der Regel als eine Form von Brummen, Rauschen oder Klingeln beschrieben.<sup>1</sup>
- Tinnitus wird durch potenziell reversible Veränderungen im Gehirn verursacht, er entsteht nicht im Ohr.<sup>2</sup>
- Hauptrisikofaktoren für Tinnitus sind Hörverlust, zunehmendes Alter und das Geschlecht (männlich).<sup>1</sup>
- Die Verbreitung von Tinnitus wird weiter zunehmen.<sup>3</sup>
- Tinnitus-Patienten, die auch einen Hörverlust haben, berichten häufig von psychischen Problemen: Frustration, Reizbarkeit, Stress, Verwirrtheit, Angstgefühle, Depression, Schlaflosigkeit, Konzentrationsprobleme. Tinnitus kann unterschiedlich intensiv auftreten (siehe Abbildung auf der Rückseite).<sup>1,4,5</sup>
- In den meisten Fällen tritt Tinnitus in Zusammenhang mit einer Hörminderung nach einem Hörsturz, einem Knalltrauma, einem altersbedingten Hörverlust oder der Verabreichung von ototoxischen Medikamenten auf.<sup>1,2</sup>
- Ca. 80% der Patienten mit idiopathischer Innenohrschwerhörigkeit entwickeln Tinnitus.<sup>6</sup>
- Tinnitus kann gelindert werden – eine Heilung ist nicht möglich. Die Behandlung von Tinnitus umfasst einerseits Maßnahmen zur Linderung der Symptome (z. B. Versorgung mit Hörgeräten) und andererseits Mittel und Strategien zur Bewältigung der psychischen Auswirkungen von Tinnitus.<sup>1,7</sup>
- In der Tinnitus-Therapie werden u.a. die folgenden Mittel und Maßnahmen eingesetzt: klangstimulierende Geräte (Hörgeräte, Geräuschgeneratoren, etc.), Aufklärung, Entspannungstherapie, psychologische Behandlung (z. B. kognitive Verhaltenstherapie) und Medikamente (Antidepressiva, Anxiolytika, Schlafmittel).<sup>1,7,8</sup>

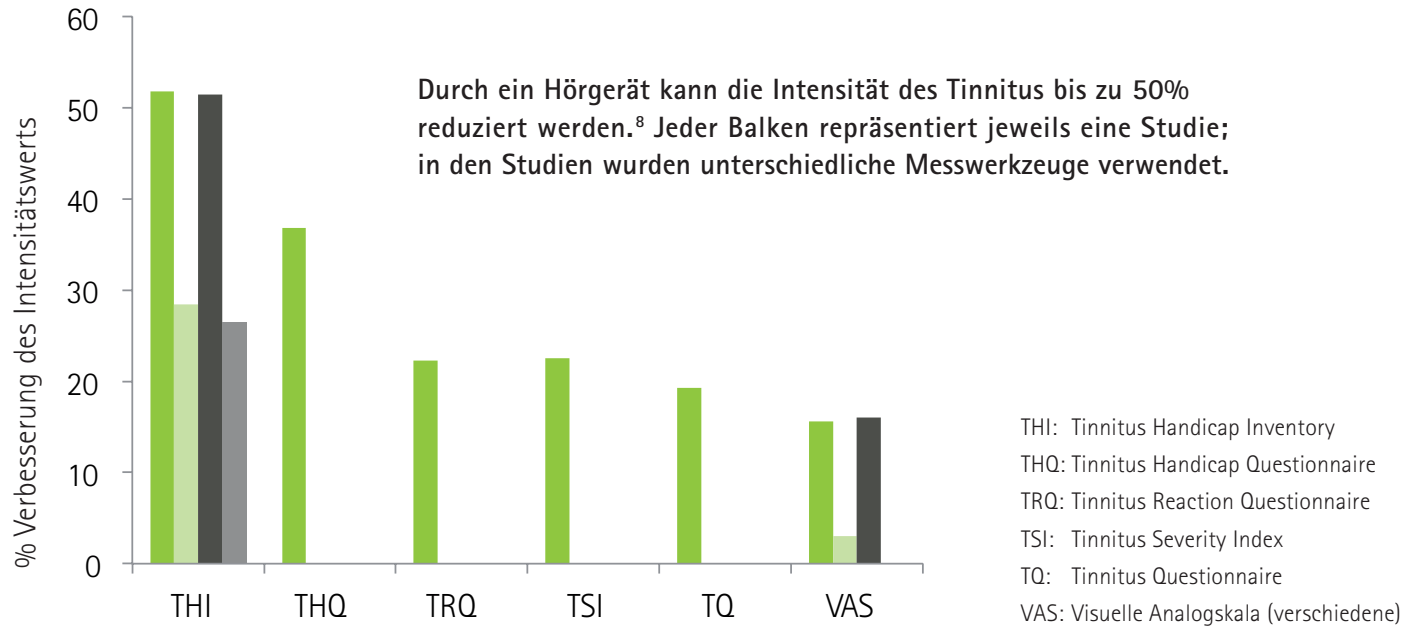


# Tinnitus Key Facts für Hausärzte

- Beratung ist doppelt so effektiv, wenn sie zusätzlich zu einer Hörgeräteversorgung erfolgt.<sup>8</sup>
- Die meisten Studien zum Einsatz von Hörgeräten in der Tinnitus-Therapie belegen eine positive Wirkung (siehe Abbildung auf der Rückseite).<sup>8</sup>
- Hörgeräte können die Symptome und die Intensität von Tinnitus um bis zu 50% lindern.<sup>8</sup>
- „Alternative“ Therapien (Akupunktur, Ginkgo Biloba) lindern die Symptome kaum oder gar nicht.<sup>9,10</sup>



# Tinnitus-Messwerkzeug



# Referenzen

- <sup>1</sup> Langguth B, et al. (2013) Lancet Neurol.12:920-930.
- <sup>2</sup> Norena AJ & Farley BJ. (2013) Hear Res. 295;161-171.
- <sup>3</sup> Roberts LE, et al. (2010) J Neurosci. 30:14972-14979.
- <sup>4</sup> Geocze L, et al. (2013) Braz J Otorhinolaryngol.79:106-111.
- <sup>5</sup> Robinson SK, et al. (2003) Int Tinnitus J. 9:97-103.
- <sup>6</sup> Nosrati-Zarenou R, et al. (2007) Acta Otolaryngol 127:1168-1175.
- <sup>7</sup> Hoare DJ, et al. (2011) Laryngoscope. 121:1555-1564.
- <sup>8</sup> Shekhawat GS, et al. (2013) J Am Acad Audiol. 24:747-762.
- <sup>9</sup> Kim JI, et al. (2012) BMC Complementary and Alternative Medicine. 12:97.
- <sup>10</sup> Hilton M, et al. (2013) Cochrane Database Syst Rev. Issue 3. Art. No.: CD003852.

