

TINNITUS

Das Wort Tinnitus kommt von „tinnire“ = klingen. Wer unter Ohrensausen leidet, braucht Hilfe. Das „Geräusch im Ohr“ bringt die Betroffenen zur Verzweiflung. Sie fühlen sich häufig allein gelassen und beginnen mit dem unverständlichen Schicksal zu hadern. Denn die medizinische Behandlung allein garantiert keine Verringerung des Leidens.

Tinnitus ist eine Funktionsstörung und keine Krankheit im eigentlichen Sinn, aber er kann krank machen. Er ist eine Funktionsstörung in zweifacher Hinsicht: Einerseits ist er eine Störung im Hörsystem vom Ohr bis zu den Hörbahnen und -zentren im Gehirn, andererseits stört er als dauernder Begleiter auch die Lebensqualität der Betroffenen. Medizinisch gesehen ist T. meist harmlos, psychologisch ist er oft äußerst quälend.

Tinnitus kann viele Ursachen haben. Deshalb ist eine genaue medizinische Abklärung notwendig. Aber: Nach derzeitigem Forschungsstand ist Tinnitus ein Geschehen, das im Gehirn und nicht im Ohr abläuft. Deshalb ist die psychologische Behandlung im Rahmen der Tinnitus – Rehabilitation notwendig. Sie zielt darauf ab, die Wahrnehmung zu verändern, den Stress zu reduzieren, Entspannungsmethoden zu lernen, und den Lebensstil in einigen Bereichen zu modifizieren.

Das Ziel ist weniger die direkte Auslöschung des Tinnitus als die Behebung seiner körperlichen, psychischen und sozialen Auswirkungen. Die Erfahrung zeigt, dass die Auswirkungen für die Betroffenen schwerer wiegen als der Tinnitus selbst. Man spricht heute nicht mehr von Tinnitus-Therapie mit ihren meist enttäuschenden Resultaten, sondern von einem Rehabilitationsprogramm. Warum?

Wer von Therapie spricht, betrachtet das Ohrensausen als isolierte Störung oder Krankheit, die man bekämpfen sollte. Führt nämlich die medizinische Therapie nicht zum Verschwinden, bleibt nur Resignation oder der Wechsel zu weiteren Therapieversuchen. Bietet man aber Betroffenen ein Rehabilitationsprogramm an, so versteht man den Tinnitus als eine mehrschichtige Beeinträchtigung.

Ein Rehabilitationsprogramm entlastet die Betroffenen davon, allein mit dem quälenden Problem zurechtzukommen und von einer Therapie zur anderen zu laufen, bei denen die Erfolgchance von vornherein nicht bekannt ist. Zum Team der Rehabilitation müssen gehören: Hausärzte, Ohrenärzte, Psychologen, Audiologen, Hörgeräte-Akustiker und, wenn gewünscht, Selbsthilfegruppen.

Autor: Dr. Alois Kogler
e-mail: a.kogler@psychosomatik.at

Buchtipps:
⇒ Kellerhals, Zogg, Tinnitus Hilfe, Karger Verlag 1996