

# Tinnitus

Dr. Abidin Geles

Copyright - All Rights Reserved: This document and all other data on the homepage are not to publish or reproduce without the permission of the author Dr. Abidin Geles.

[www.medwissen.ch](http://www.medwissen.ch)

[abidin.geles@gmail.com](mailto:abidin.geles@gmail.com)

# Tinnitus

## Definition

Ständiges Geräusch im Ohr, das vom Gehirn oder vom Ohr ausgehen kann. Es hört ein Rauschen oder den eigenen Pulsschlag. Die Frequenz vom tiefem Brummen bis zu hohem Rauschen. Es kann nur ein Ohr oder beide Ohren betreffen oder abwechselnd. Es ist ein Phantomgeräusch ohne externe Schallquelle. Lautstärke sehr unterschiedlich. 40% der Bevölkerung hat schon mal Tinnitus gehabt.

Durchschnittsalter: 40-50 Lebensjahr

m:w = 1:1

Einteilung:

- Akut: Bis 3 Monate
- Subakut: 3-12 Monate
- Chronisch: Ab 1 Jahr spricht man vom chronischen Tinnitus.

## Diagnose

- Anamnese
- Untersuchung
- Hörtest

## Ursache

- Unklar
- Hörsturz
- Ungesunde Lebensstil mit Stress

- Altersschwerhörigkeit
- Knalltrauma
- Verminderung der Nervenfasern im Ohr mit dem Alter
- Schlechte Belüftung der Tuben
- HWS-Beschwerden
- Probleme der Kaumuskulatur
- Zähneknirschen
- Stress (familiär, beruflich)
- Verletzungen im Trommelfell

### **Symptome**

- Ständiges Pfeifen im Ohr
- Schlafprobleme

### **Therapie**

- Plötzlich auftauchender Tinnitus verschwindet von alleine. Wenn nach 24 Stunden keine Besserung auftritt sollte man eine Abklärung durchführen.
- Re-Trainingstherapie: Konzentrieren auf die Umweltgeräusche
- Autogenes Training
- Lernen mit dem Geräusch umzugehen
- Hörgerät

- Ginkgo-Extrakt, fördert die Durchblutung
- Angst verschlechtert Tinnitus
- Keine Wattestäbchen

Bei Fragen / Feedback bitte E-Mail an [abidin.geles@gmail.com](mailto:abidin.geles@gmail.com)

DANKE

Abidin Geles

[www.medwissen.ch](http://www.medwissen.ch)