

Tinnitus > Behandlung

Inhaltsverzeichnis [\[Verbergen\]](#)

- [1. Das Wichtigste in Kürze](#)
- [2. Akutbehandlung](#)
- [3. Tinnitus-Retraining-Therapie](#)
- [4. Entspannung](#)
- [5. Medizinische Rehabilitation](#)
- [6. Verwandte Links](#)

1. Das Wichtigste in Kürze

Im Akutfall wird meist mit einer durchblutungsfördernden Infusionstherapie behandelt, Bei chronischem Tinnitus versprechen sich viele Betroffene von der "Tinnitus-Retraining-Therapie" (TRT) Erfolg. Diese Therapie ist in der Regel keine Kassenleistung. Auch Entspannungsübungen können helfen.

2. Akutbehandlung

Vor der Therapie sollten von Ärzten verschiedener Fachrichtungen **organische Ursachen des Tinnitus ausgeschlossen** werden. Wichtig ist, den akuten Tinnitus möglichst schnell zu behandeln, um eine dauerhafte Schädigung zu vermeiden. Je früher behandelt wird, desto besser die Heilungschancen.

Im Akutfall wird meist mit einer **durchblutungsfördernden Infusionstherapie** behandelt, die die Sauerstoff- und Nährstoffversorgung des Mittelohrs verbessern soll. Verbessert sich die Lage nicht, kann die "**Hyperbare Sauerstofftherapie**" angewandt werden: Der Patient bekommt in einer Druckluftkammer über eine Maske Sauerstoff, was den Sauerstoffgehalt im Blut erhöhen soll. Diese Therapie wird nur bei akutem Tinnitus angewandt, bei chronischem Tinnitus ist keine Wirkung nachgewiesen.

3. Tinnitus-Retraining-Therapie

Bei chronischem Tinnitus versprechen sich viele Betroffene von der "**Tinnitus-Retraining-Therapie**" (TRT) Erfolg. Die TRT geht davon aus, dass das subjektive Empfinden der Ohrgeräusche das Ergebnis einer negativen Lernerfahrung ist und der Betroffene immer mehr auf die Wahrnehmung des Tinnitus konzentriert ist. Die Annahme ist, dass das Filtersystem des Hörsystems eines Tinnituspatienten so beeinträchtigt ist, dass es Geräusche, die normalerweise "ausgeblendet" werden (z.B. die eigenen Schluckgeräusche) nicht ausfiltert. Deshalb müsste es nach der TRT-Theorie auch möglich sein, das Filtersystem wiederherzustellen und zu lernen, die "Geräusche" weniger bewusst bzw. intensiv wahrzunehmen.

Die TRT wird von einem Therapeutenteam durchgeführt. Dazu gehören ein HNO-Arzt, ein Psychologe, evtl. ein Neurologe und ein Hörgeräteakustiker. Die Therapie setzt sich aus folgenden Bausteinen zusammen:

- Intensive Beratung, Information und Aufklärung des Patienten.

- Erlernen von Entspannungsübungen, um Konzentrations- und Schlafstörungen zu vermeiden.
- Evtl. Einsatz eines Hörgerätes, des sogenannten Maskers. Dieses Gerät produziert ein ständiges Rauschen, kann vom Träger selbst gesteuert werden und soll bewirken, dass der Betroffene nicht mehr auf seine eigenen Ohrgeräusche fixiert ist und die Wahrnehmungsempfindlichkeit des Tinnitus herabgesetzt wird.

Diese Therapie ist in der Regel keine Kassenleistung, allerdings können einzelne Maßnahmen (z.B. Masker) von der **Krankenkasse** übernommen werden. Dies sollte vor Beginn der Therapie mit der jeweiligen Krankenkasse geklärt werden.

4. Entspannung

Bei vielen Tinnituspatienten verstärken sich die Ohrgeräusche bei Lärm und/oder Stress. Daher ist es sinnvoll, Entspannungsverfahren oder Körpertherapien wie z.B. Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen, Tai Chi, Yoga oder Feldenkrais zu erlernen. Dabei wird die Aufmerksamkeit nach innen (z.B. auf die Atmung, Körperwahrnehmung) und im Idealfall von den Ohrengeräuschen weg gelenkt. Zudem werden die Bewältigung von Stresssituationen verändert und möglicherweise Schlaf- und Konzentrationsstörungen gemindert.

5. Medizinische Rehabilitation

Bei Ohrgeräuschen können auch medizinische Reha-Leistungen Teil des Behandlungskonzepts sein. Die nachfolgenden Links führen zu den sozialrechtlichen Bestimmungen rund um Medizinische Reha, die bei Tinnitus und verwandten Erkrankungen infrage kommen können.

Allgemeines zu Leistungen der **medizinische Rehabilitation**

Ambulante medizinische Rehabilitation

Stationäre medizinische Rehabilitation (Kur)

Stufenweise Wiedereingliederung

6. Verwandte Links

Tinnitus

Tinnitus > Allgemeines

Tinnitus > Beruf

Tinnitus > Finanzielle Hilfen

Tinnitus > Schwerbehinderung

Letzte Aktualisierung am 08.12.2008 Redakteur/in: Gabriele Bayer

© 2008 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kontakt | Impressum