# Tinnitus > Allgemeines

## Das Wichtigste in Kürze

Hörbeeinträchtigungen können verschiedene Ursachen haben und in unterschiedlichen Formen auftreten. Tinnitus ist ein medizinischer Begriff für Geräusche im Ohr, die ohne äußere Schallquelle wahrgenommen werden. Die ständigen Geräusche können zu weiteren Komplikationen führen. Zu den häufig mit Tinnitus assoziierten Erkrankungen zählen unter anderem Hörsturz, Morbus Menière und Hyperakusis.

## Was ist Tinnitus?

Tinnitus ist ein Ohrgeräusch, permanent oder auch zeitweise, ohne äußere Quelle. Es handelt sich dabei um Geräusche wie Pfeifen, Brummen, Knacken, Klopfen, Zischen oder Rauschen. Die Geräusche sind nur von der betroffenen Person wahrnehmbar, sie lassen sich **nicht** mit technischen Hilfsmitteln messen.
In den meisten Fällen leiden Betroffene auch unter einem teilweisen Hörverlust.

Selten gibt es auch den objektiven Tinnitus, bei dem ungewöhnliche Körpergeräusche gemessen werden können.

### Wie entsteht ein Tinnitus?

Die Geräusche im Ohr oder auch im Gehirn entstehen, obwohl von außen kein Reiz auf das Ohr wirkt. Sie werden durch Veränderungen im Innenohr oder im Nervensystem hervorgerufen, aber auch krankhafte Prozesse im gesamten Hörsystem, also überall im Ohr und auch in den zugehörigen Hirnarealen, können einen Tinnitus verursachen.

### Wie wird Tinnitus ausgelöst?

Auslöser können verschiedenste organische Erkrankungen, Entzündungen oder Unfälle, aber auch andere Hörbeeinträchtigungen, Stress oder Medikamente sein. In vielen Fällen lässt sich der Auslöser nicht (mehr) feststellen.

## Welche Arten von Tinnitus gibt es?

Unterschieden werden:

- **Akuter** Tinnitus: besteht weniger als 3 Monate
- **Chronischer** Tinnitus: besteht länger als 3 Monate

Unterschieden werden zudem:

- **Kompensierter Tinnitus**:
  Die betroffene Person hört das Ohrengeräusch ständig, doch es treten keine weiteren Symptome wie Schwindel oder Kopfschmerzen auf. Sie kann damit so umgehen, dass kein oder nur ein geringer Leidensdruck herrscht und der Tinnitus die Lebensqualität kaum beeinträchtigt.
- **Dekompensierter Tinnitus**:
  Die Ohrgeräusche haben Einfluss auf alle Lebensbereiche der betroffenen Person und führen zu weiteren Erkrankungen (siehe unten). Es besteht ein hoher Leidensdruck und die Lebensqualität ist stark beeinträchtigt.

### Welche Komplikationen können auftreten?

Die ständigen Töne oder Geräusche belasten Körper und Psyche dauerhaft, was den Stress erhöhen und den Allgemeinzustand verschlechtern kann. Es gibt eine lange Liste von Krankheiten und Beschwerden, die durch Tinnitus ausgelöst oder verstärkt werden können. Die häufigsten sind:

- Psychische, psychosomatische oder psychiatrische Zusatzerkrankungen, z.B. Depressionen oder Angststörungen
- Beeinträchtigte kognitiv-emotionale Reaktionen, z.B. Kontrollverlust, Katastrophisieren, Resignation, Hilflosigkeit, fehlender Selbstwert, eingeschränkte Lebensbewältigung, fehlende Lebensperspektive
- Beeinträchtigte verhaltensbezogene Reaktionen, z.B. Ein- und Durchschlafstörungen, sozialer Rückzug, Isolierung, Vermeidungsverhalten, Kommunikationsstörungen, Beziehungsstörungen
  Hilfreiche Tipps bei Schlafstörungen unter Schlafhygiene.
- Organische Krankheiten, z.B.: Muskelverspannung in der Halswirbelsäule oder der Kiefer-Kaumuskulatur, Kopfweh, Ohrenschmerzen, Benommenheit, Schwindel
- Störungen des Hörvermögens und der Geräuschwahrnehmung, z.B. Dysakusis, Hyperakusis (siehe unten)


© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

# Verwandte Krankheiten

## Hörsturz

Ein Hörsturz ist ein teilweiser bis kompletter Verlust des Hörvermögens, er wird häufig von Tinnitus, manchmal auch von Schwindel und Druckgefühl begleitet. Häufigste Ursachen sind Durchblutungsstörungen des Innenohrs. Als mögliche weitere Ursachen werden auch virale Infektionen, Autoimmunerkrankungen oder vielleicht auch ein Durchbruch der Trennwand zwischen Paukenhöhle und Innenohr diskutiert.

## Hyperakusis (Geräuschüberempfindlichkeit)

Hyperakusis und Tinnitus treten häufig gemeinsam auf und können sich gegenseitig verursachen oder verstärken. Es wird vermutet, dass ähnliche Störungen im Hörsystem zur Entstehung beitragen. Es gibt sehr verschiedene Formen, z.B. eine generelle Überempfindlichkeit gegen Umgebungsgeräusche, ein Nicht-ertragen-können bestimmter Geräusche, Schmerzen und Ängste bei bestimmten Geräuschen oder Überempfindlichkeit bei Schwerhörigkeit. Weil die Beschwerden bei jedem Betroffenen unterschiedlich sind, muss die Behandlung individuell angepasst werden.

## Morbus Menière

Morbus Menière ist eine Erkrankung des Innenohrs und betrifft vor allem das Gleichgewichtsorgan. Sie führt in unregelmäßigen Abständen zu plötzlichen Anfällen von Drehschwindel, Ohrgeräuschen und Hörminderung. Zudem können weitere Symptome auftreten, wie z.B. ein Druckgefühl im Ohr, Übelkeit und Erbrechen oder Schweißausbrüche. Die Anfälle sind für Betroffene in der Regel sehr belastend und dauern meist zwischen 20 Minuten und mehreren Stunden.

Zwischen den Anfällen bestehen meist keine Gleichgewichtsstörungen, aber die Hörminderung kann bleiben. Die genauen Ursachen sind noch nicht vollständig geklärt. Fachleute vermuten eine Kombination aus gestörter Flüssigkeitsregulation im Innenohr, genetischer Veranlagung und möglichen Entzündungen oder Autoimmunreaktionen.

Verhalten im **Akutfall**:

- Medikamente gegen Übelkeit und Schwindel einnehmen – diese sollten Betroffene immer mit sich führen.
- Wenn während eines Anfalls ungewöhnliche Augenbewegungen auftreten, kann es hilfreich sein, diese mit dem Handy zu filmen. Die Aufnahmen können Ärzte dabei unterstützen, die Vorgänge im Gleichgewichtsorgan besser zu verstehen und die Diagnose gezielter zu stellen.
- Die „Morbus Menière Hilfekarte“ klärt Helfende über die Symptome der Erkrankung auf und informiert, welche Hilfe erforderlich ist. Die Karte kann bei der Deutschen Tinnitus-Liga unter www.tinnitus-liga.de > Angebote > Infomaterial > Infobroschüren bestellen angefordert werden.

Morbus Menière kann unter Umständen dazu führen, dass die Fahreignung nicht gegeben oder eingeschränkt ist, Näheres unter Morbus Menière > Autofahren.

# Wer informiert bei Tinnitus, Morbus Menière, Hörsturz und Hyperakusis?

- Die **Deutsche Tinnitus-Liga** informiert über Hörbeeinträchtigungen sowie über Selbsthilfegruppen und -möglichkeiten unter www.tinnitus-liga.de.
- Informationen über Hörstürze finden Sie unter www.hno-aerzte-im-netz.de > Krankheiten > Hörsturz.
- Über Hyperakusis informiert die **Hyperakusis Selbsthilfe** unter www.hyperakusis-selbsthilfe.de.
- **KIMM – Kontakte und Informationen zu Morbus Menière** bietet unter https://kimm-ev.de Informationen über Morbus Menière, Erfahrungsberichte und Therapiemöglichkeiten.

# Verwandte Links

Tinnitus

Tinnitus > Behandlung

Tinnitus > Beruf

Tinnitus > Finanzielle Hilfen

Tinnitus > Schwerbehinderung


© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg