

Das möchte ich fragen:

# SWISSTINNITUS AG

Prof. Dr. med. Markus Pfister

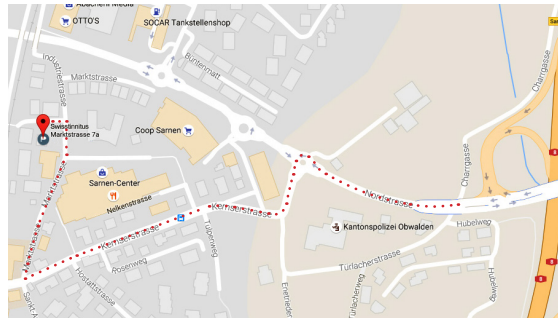
Marktstrasse 7a · 6060 Sarnen

Phone: +41 (0)41 661 25 50

Fax: + 41 (0)41 661 25 91

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

[info@swisstinnitus.ch](mailto:info@swisstinnitus.ch)



Vor unserem Praxisgebäude sind Parkplätze vorhanden. Neben finden Sie Einkaufsmöglichkeiten im Sarnen Center.

Öffentliche Verkehrsmittel:

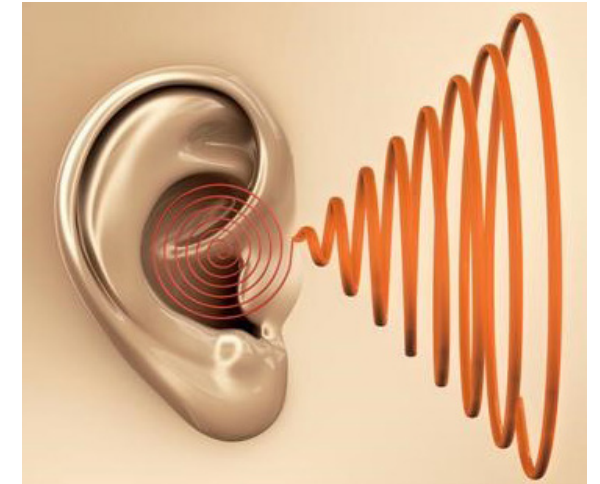
Bahnhof Sarnen (ca. 300m)

Bahnhof Sarnen Industrie (ca. 300m)



## Patienteninformation

# TINNITUS



**Tinnitus – Was ist das?**  
**Tinnitus – Woher kommt das?**  
**Welche Therapien gibt es?**



## Tinnitus - was ist das?

Tinnitus – medizinischer Fachausdruck für die subjektive Wahrnehmung von Geräuschen im Ohr: Pfeifen, Rauschen, Zischen, Klingeln, Summen.  
Es ist keine schwerwiegende Krankheit.

## Wo kommt das denn her?

Es handelt sich um eine gestörte Weiterleitung der Hörreize vom Ohr zum Hörzentrum im Gehirn. Durch die dabei entstehende Überaktivität der Nervenzellen wird der Eindruck eines Geräusches vermittelt, welches die Ursache im Gehirn hat.  
Bleibt das Geräusch über einen längeren Zeitraum „im Ohr“, ist fachärztliche Hilfe notwendig, um Betroffene in eine angenehme Lebensqualität zurück zu begleiten.

## Welche Ursachen sind möglich?

Hörsturz, Schädel-Hirn-Trauma, Innenohrverletzung (Knalltrauma), Muskelverspannungen, Halswirbelveränderungen, Störungen im Kiefergelenk, Kombination mit Drehschwindel, Medikamente, Lärm, Stress (kann die Wahrnehmung des Tinnitus verstärken)

## Was ist zu tun?

- Wichtigste Regeln: Ruhe bewahren, Arzt aufsuchen: Je früher, desto besser!
- Untersuchung durch den HNO- (ORL-) Arzt, Hörtest
- Umfassendes und vertrauensbildendes Arzt-Patienten-Gespräch zur Einleitung und Auswahl von Massnahmen und Therapieoptionen

## Welche Erscheinungsformen gibt es?

Der akute Tinnitus: Ohrgeräusch kürzlich aufgetreten > dazu kommt ein taubes Hörgefühl > HNO-Arzt  
Der chronische Tinnitus – andauerndes Ohrgeräusch seit etwa 3 Monaten > HNO-Arzt > Spezialist in der SWISSTINNITUS Praxis > Therapie

## Wie kann sich ein chronischer Tinnitus äussern?

- die Ohrgeräusche dauern länger als ca. 3 Monate an
- Schlafprobleme
- Konzentrationsstörungen
- Überempfindlichkeit bei lauten Geräuschen
- depressive Phasen

## Welche Massnahmen können helfen?

*Die Mitarbeit des Patienten, das heisst: Lernen, sich mit dem Geräusch zu arrangieren, ist der wichtigste Schritt zum Therapieerfolg. Dies braucht Geduld und Zeit und bedeutet:*

- das Ohrgeräusch zu akzeptieren
- es aus dem ständigen Bewusstsein zu verdrängen
- Entspannungsübungen durchführen
- ggfls. weitere fachärztliche Abklärungen durch Kieferorthopäden und/oder Neurologen
- Einsatz von Rauschgeneratoren zur Überdeckung des Geräusches (sog. Masker)
- Spezielle Hörgeräte

## Welche Therapien können helfen?

- Klassische physikalische Therapien (z.B. bei Muskelverspannungen an der Halswirbelsäule)
- Tinnitus-Retraining-Therapie (das Erlernen einer persönlich angepassten Tinnitusbewältigungsstrategie)
- Akustische CR-Neuromodulation (detaillierte Analyse des Tinnitus-Tons, darauf basierend Ermittlung von Therapie-Tönen, die dem Tinnitus-Ton entgegenwirken und somit den Nervenzellen schrittweise die Überaktivität „abgewöhnen“)