

Fachsymposium der Privatklinik Hohenegg am 21.11.2019

«Bitte Ruhe – Tinnitus besser verstehen und therapieren»

## Was ist in der Tinnitus-Behandlung State of the Art?

Prof. Dr. med. Berthold Langguth, Tinnituszentrum Regensburg,  
Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Regensburg

Mit einer Prävalenz von etwa zehn Prozent ist Tinnitus, die Wahrnehmung eines Geräusches ohne entsprechenden akustischen Reiz, eine sehr häufige Störung. Der erste Schritt in der Behandlung von Tinnitus ist die umfassende **Diagnose der ätiologischen Faktoren** und der **Komorbiditäten** im Rahmen eines **interdisziplinären Ansatzes**.

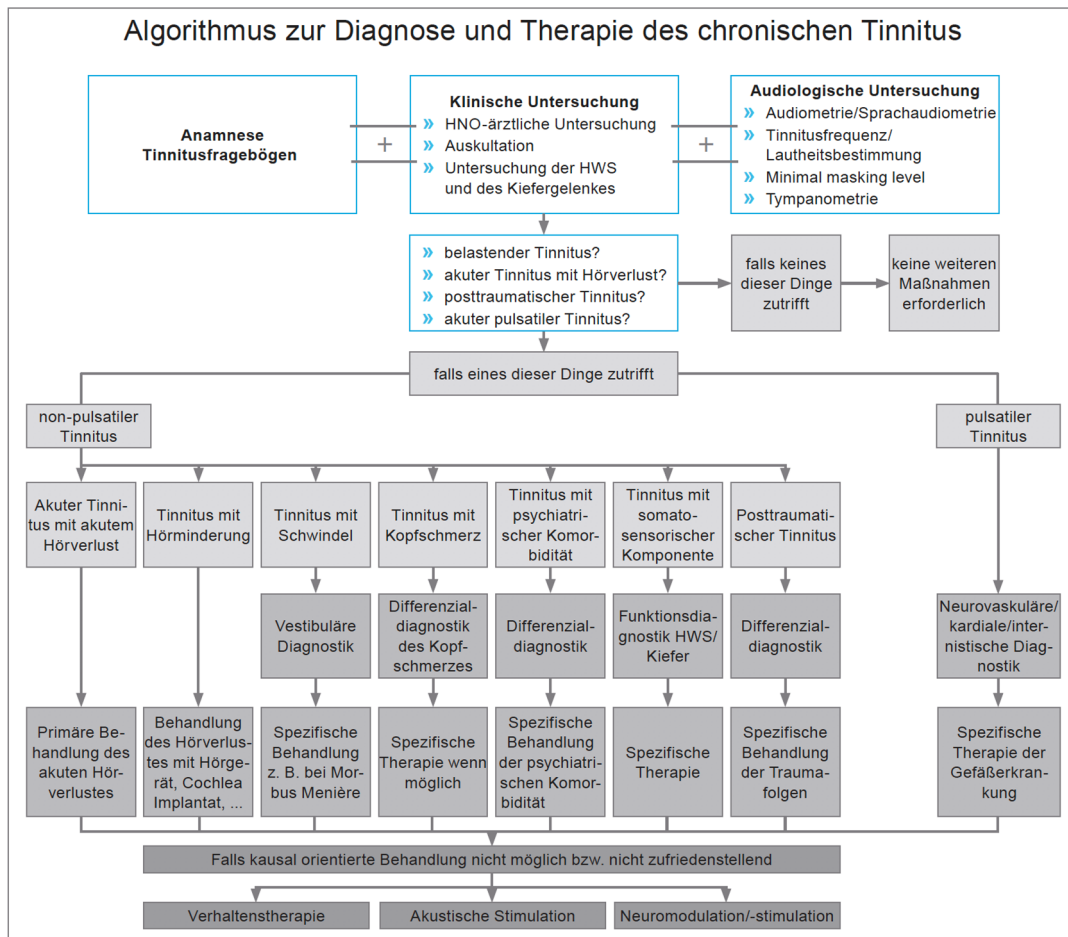


Abbildung 2: Tinnitus – Von der Befundung zur Behandlung. Evidenzbasierter diagnostischer und therapeutischer Algorithmus (modifiziert aus Kreuzer et al. „Deutsches Ärzteblatt“ Int 2013; 110(16): 278-84).

Von massgeblicher Bedeutung bei jedem Tinnituspatienten ist das **beratende therapeutische Gespräch**. Viele Patienten fühlen sich bereits nach Ausschluss somatisch ursächlicher Grundlagen des Tinnitus und einer Aufklärung über die grundsätzlich gutartige Natur der Ohrgeräusche entlastet, was den Weg für die **Entwicklung von positiven Coping- und Habituationsstrategien** öffnet.

Bei stärker betroffenen Patienten sollten in jedem individuellen Fall die ursächlichen Faktoren des Tinnitus sowie die Begleitsymptome erfasst werden. Wenn zum Beispiel bei einem Tinnituspatienten eine Hörstörung besteht, sollte diese behandelt werden, zum Beispiel mit einem Hörgerät oder in schwerwiegenden Fällen mit einem Cochlea Implantat. Wenn in Verbindung mit dem Tinnitus eine Schlafstörung oder eine Depression besteht, sollte diese ebenfalls behandelt werden.

Zur Behandlung steht neben der umfassenden Beratung und Psychoedukation („Tinnitus-Counseling“) vor allem die tinnituspezifische **kognitive Verhaltenstherapie** als evidenzbasiertes Therapieverfahren zur Verfügung. Diese kann durch verschiedene Formen von **akustischer Stimulation** zur Verdeckung des Tinnitus ergänzt werden. Die Indikation zur pharmakologischen Behandlung von chronischem Tinnitus beschränkt sich derzeit auf spezifische Tinnitussubtypen sowie die Behandlung Tinnitus-assoziiierter Symptome wie Depressivität, Schlaf- und Angststörungen. Verschiedene neuromodulatorische Techniken und neuartige medikamentöse Therapien befinden sich in Entwicklung.

Trotz der Verfügbarkeit verschiedener Therapieformen bleibt die Behandlung des chronischen Tinnitus eine Herausforderung, jedoch besteht kein Anlass zu therapeutischem Nihilismus. Die ärztliche Aussage „da kann man nichts machen“ sollte der Vergangenheit angehören. Dabei ist die Zusammenarbeit der verschiedenen Fachdisziplinen in der Diagnostik und Therapie des Tinnitus von entscheidender Bedeutung. Auch ist es für Patienten mit chronischem Tinnitus wesentlich, ob der direkt behandelnde Arzt mit offenkundiger Hilflosigkeit auf die geschilderten Beschwerden reagiert oder ob vielmehr das **Angebot einer therapeutischen Beziehungsgestaltung** durchgängig aufrechterhalten wird. Es ist von großer Bedeutung, dass diese Patienten mit ihrem behandelnden Arzt einen **verlässlichen Ansprechpartner** und **professionellen Berater** an ihrer Seite wissen, mit dem sie die jeweiligen nächsten diagnostischen und therapeutischen Schritte gemeinsam angehen können.

## **Bullet Points:**

- Chronischer Tinnitus ist eine häufige Gesundheitsstörung, die bei einem Teil der Patienten zu hoher Beeinträchtigung der Lebensqualität führen kann.
- Da Tinnitus vielfältige Ursachen und Komorbiditäten haben kann, kommt der multidisziplinären Diagnostik und Therapie eine entscheidende Bedeutung zu.
- Nach Ausschluss von kausal behandelbaren Auslösern des Ohrgeräusches erfolgt die weitere Therapie symptomatisch in Abhängigkeit vom Grad der individuellen Belastung und der bestehenden Komorbiditäten.
- Verfügbare Behandlungsmöglichkeiten umfassen das beratende therapeutische Gespräch, kognitive Verhaltenstherapie sowie verschiedene Formen akustischer Stimulation.
- Neuromodulatorische Techniken und medikamentöse Therapien befinden sich in Entwicklung.
- Die Indikation zur pharmakologischen Behandlung von chronischem Tinnitus beschränkt sich derzeit auf spezifische Tinnitussubtypen sowie die Behandlung Tinnitus-assoziiierter Symptome wie Depressivität, Schlaf- und Angststörungen.
- Besonders für schwer betroffene Tinnituspatienten ist es wichtig, im behandelnden Arzt einen verlässlichen Ansprechpartner zu haben.