

# Geräusche aus dem Ohr

Tinnitus-Patienten können von ihren unangenehmen Wahrnehmungen befreit werden

Erwachsene jeden Alters und manchmal auch Kinder können von Tinnitus geplagt werden. Die Geräusche werden entweder im Ohr selbst oder erst bei der Verarbeitung des Gehörten im Gehirn erzeugt. Dabei ist entscheidend, wie stark störend die Ohrgeräusche empfunden werden und wie lange sie anhalten. Tinnitus ist ebenso wie Kopfschmerz oder Schwindel keine Krankheit, sondern ein Symptom mit einer ursächlichen Erkrankung.

Was also verursacht diese störenden Geräusche? Bei Kindern können es Nachwirkungen einer Mittelohrentzündung oder auch ein Schalltrauma, ausgelöst durch überlaute Musik, z. B. über Kopfhörer sein. Bei Erwachsenen sind viele Ursachen denkbar. So kommt es zu einseitigen Ohrgeräuschen häufig durch Erkrankungen des Mittel- oder des Innenohres wie etwa Morbus Menière, einen Hörsturz oder eine Beein-

## Viele Ursachen denkbar

trächtigung der Blutversorgung des Ohres bzw. des Gehirnes, z. B. durch eine Schädigung der an der Halswirbelsäule verlaufenden Vertebralarterien. Auch Verletzungen der Halswirbelsäule selbst, wie sie bei einem Schleudertrauma auftreten, starke muskuläre Verspannungen des Nackenbereiches, Probleme mit den Zähnen, z. B. nach Zahnbehandlungen und dem Kiefer sind mögliche Ursachen. Speziell die zu den Ohren benachbarten Kiefergelenke kommen als Quelle in Frage. Auch berufsbedingte oder durch einen Silvesterknaller hervorgeru-



*Dr. Werner Sturm ist Heilpraktiker im Naturheilzentrum Alztal in Tacherting. Einer seiner Schwerpunkte ist die Therapie von Tinnitus.*

fene Schalltraumen sind denkbar. Gründe für beidseitige Ohrgeräusche können zu hoher, aber auch zu niedriger Blutdruck, Gefäßverengungen im Halsbereich, Nebenwirkungen bestimmter Medikamente oder Drogen, Schlafdefizite oder eine unausgeglichene Lebensweise mit hohem Stressanteil sein. Nicht zu vergessen ist eine Minderung der Hörleistung in einem bestimmten Frequenzbereich, die das Gehirn durch die Erzeugung eines Ersatzto-



*Störende Ohrgeräusche mindern die Lebensqualität*

nes ausgleichen kann. Das Ohrgeräusch ist in vielen Fällen eine Folge der Verarbeitung des Gehörten im Gehirn.

Vor der Therapie sollte ein Gespräch über körperliche, seelische und soziale Zusammenhänge als Ursache des Tinnitus geführt werden. Im Anschluss werden bekannte oder vermutete Grunderkrankungen (wie z. B. Bluthochdruck, Anämie etc.) als Auslöser abgeklärt und gegebenenfalls behandelt. In jedem Fall sollte ein Hals-Nasen-Ohren-Arzt konsultiert werden. Er kann mögliche Ursachen, wie Infektionen oder sonstige Veränderungen des Trommelfells und des Mittelohres oder eine Schwerhörigkeit des Innenohres feststellen.

Zur Behandlung der Tinnitus-Ursachen greift die Schulmedizin, über die Behandlung organischer Grunderkrankungen hi-

naus, auf die Infusionstherapie zurück. Naturheilkundlich bieten sich eine Reihe von ausgezeichneten Verfahren zur Behandlung an. Stellvertretend zu nennen sind Akupunktur, Homöopathie, Schüssler Salze, Phytotherapie (z. B. mit Ginkgo), Aromatherapie (Heilen mit ätherischen Ölen) und die Mykotherapie (Heilen mit Vitalpilzen). Vielfach erfolgreich sind auch Entspannungsverfahren wie Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson und Biofeedback. Auch ganzheitliche Übungsmethoden wie Yoga und Qi Gong können einen wertvollen Beitrag leisten. Unter den manuellen Verfahren hat sich die Osteopathie als sehr erfolgreich erwiesen. Mit ihr wer-

## Erfolgreiche Therapien

den Störungen und Fehlfunktionen im Bereich der Wirbelsäule, des Kopfes, inklusive Kieferprobleme und der Organe effektiv und schonend behandelt.

Nicht zu vergessen was der/die Betroffenen zur Genesung selbst beitragen können: Hilfreich sind eine ausgeglichene Lebensweise, eine ausgewogene und gesunde Ernährung, die Einschränkung von Kaffee und Alkohol, der Verzicht auf Tabakrauch, viel Bewegung an der frischen Luft und die Pflege von sozialen Kontakten (Familie, Freunde, Kollegen, Verein etc.).

*Dr. Werner Sturm*



**Gemeinschaftspraxis  
Dr. Werner Sturm & Petra Müller-Sturm  
im Naturheilzentrum Alztal**

*Unser Leistungsangebot für Sie:*

- Osteopathie, Fußreflexzonen-Therapie, Breuss-Massage, Lymphdrainage und weitere manuelle Behandlungen
- Aromatherapie, Biochemie nach Schüssler, Mykotherapie
- Hypnotherapie, Ernährungsberatung, Entspannungstechniken, Bewegung – Fitness, Coaching

**Feichtener Str. 29, 83342 Tacherting, Telefon 08621 - 8066280**  
www.naturheilzentrum-alztal.de • info@naturheilzentrum-alztal.de