

## Ohrenrauschen - Tinnitus - Stress



Ohrengeräusche wie unaufhörliches Sausen, Surren, Pfeifen, Klingeln, Hämmern usw. verursachen Dauerlärm im Ohr. Dieses medizinisch kaum zu beherrschende Ohrenrauschen, dem so genannten Tinnitus, ist immer weiter im Vormarsch. Man rechnet, dass etwa 12 Millionen Deutsche davon betroffen sind, wobei aber nur etwa 10 % der Betroffenen schwere Verlaufsformen haben und dann den Arzt aufsuchen. Die Mehrzahl der Betroffenen empfinden diese Geräusche als nicht störend und haben sich den Umständen entsprechend angepasst.

Die stark Betroffenen empfinden den Verlust der Stille als unendliche Qual, die durch Folgen wie Schlafstörungen, Depressionen, Kopfschmerzen usw. noch verstärkt wird. Die Ursachen der Ohrgeräusche sind dabei sehr vielfältig. Eine Durchblutungsstörung im Innenohr, große Lärmbelastungen, Kiefergelenks- und Halswirbelsäulenprobleme oder die Nebenwirkung von Medikamenten können hier verantwortlich sein. Diese Ursachen können erfasst und entsprechend therapiert werden. In vielen Fällen ist die Medizin jedoch noch immer hilflos. Hier kann die Ursache des Tinnitus oft nicht herausgefunden werden und damit ist oft kein Therapieerfolg möglich.

Als eine mögliche Ursache für den akuten Tinnitus wird der Stress vermutet. Neben seelischen Konflikten wie Berufs- oder Familienstress, Liebeskummer usw. kommt heute immer mehr die Belastung durch Umwelteinflüsse wie Elektromog, Erdstrahlen usw., dazu.

Dabei verursachen diese Umwelteinflüsse, meist auch in Kombination, im Körper auch eine Art Stresssituation. Die allgemein bekannten Stresssituationen kann man noch erfassen, aber Stress durch z.B. Elektromog ist am Körper schwer erfassbar und damit suspekt. Es gibt mittlerweile erfolgreiche ganzheitliche Therapiekonzepte und Behandlungsmethoden, die das Leben mit Ohrgeräuschen erleichtern und lindern, aber eine Beschwerdefreiheit wird oft nicht erreicht.

Bei Tinnitus lassen sich nach dem zeitlichen Ablauf drei Stufen unterscheiden:

- Akut: besteht seit weniger als 3 Monaten
- Subakut: besteht zwischen 3 Monate und 1 Jahr
- Chronisch: besteht länger als 1 Jahr

Dabei sind alle drei Stufen behandlungsbedürftig, und schon im akuten Fall sollte eine Behandlung eingeleitet werden.

Es sollte aber keine Symptombehandlung durchgeführt werden, sondern eine Ursachenbekämpfung.

***Bei der Beurteilung der Ursache durch Umwelteinflüsse kann oft nur eine Untersuchung des Hauses oder der Wohnung durch einen Baubiologen Licht in das Dunkel des Tinnitus bringen. Hier werden dann die Umweltrisikofaktoren messtechnisch erfasst und entsprechende Maßnahmen zur Reduzierung oder Abstellung getroffen.***