

## Lästige Störung – Tinnitus Zahl Betroffener im Kreis Freudenstadt relativ konstant

**Ohrensausen! Nahezu jeder Mensch hat sie schon einmal erlebt: Es pfeift, brummt, summt oder zischt für einige Sekunden oder Minuten im Ohr. Dann verschwindet das Geräusch wieder. Dieses Phänomen ist völlig normal. Anders verhält es sich, wenn das Ohrgeräusch anhaltend oder immer wieder über einen längeren Zeitraum wahrgenommen wird. In diesen Fällen spricht man medizinisch von einem Tinnitus (lat. „tinnire“ klingeln, klimpern oder schellen). 2020 waren in Baden-Württemberg 107.324 AOK-Versicherte deshalb in ärztlicher Behandlung. In Freudenstadt zählt die AOK Nordschwarzwald im letzten Jahr 1.737 Versicherte, die wegen Tinnitus in medizinischer Behandlung waren. „Der Anteil der Versicherten mit Tinnitus ist relativ konstant“, schildert Geschäftsführer Hartmut Keller. „Auffallend ist nur ein leichter Rückgang im Pandemiejahr 2020, ob das durch weniger Stress oder Arztbesuche begründet ist, können wir nicht sagen“ so Keller weiter.**

Freudenstadt, den 24.09.2021. Die meisten Betroffenen sind zwischen 50 und siebzig Jahr alt – allerdings ist ein Tinnitus nicht unbedingt eine Frage des Alters. Auch deutliche jüngere Menschen kennen die nervenden Ohrgeräusche. „Die Geräusche werden oft als Pfeifen, Zischen, Rauschen oder Brummen beschrieben“, weiß der AOK-Mediziner Dr. Hans-Peter Zipp. Die gute Nachricht: „Nur selten ist Tinnitus Anzeichen einer ernsten Erkrankung“. Stress, Angst, Belastungsreaktion oder auch Medikamente werden oft als Ursache angenommen, doch ist die genaue Entstehung noch nicht abschließend geklärt. „Bekannt ist aber, dass die Ohrengeräusche durch eine fehlerhafte Informationsverarbeitung im Hörsystem zustande kommen“, so Zipp. Die

---

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:  
[www.aok-bw.de](http://www.aok-bw.de)

**AOK Baden-Württemberg**  
**Bezirksdirektion**  
**Nordschwarzwald**  
**Pressestelle**

Zerrennerstraße 49  
75172 Pforzheim

Telefon 07231 381-309

Telefax 07231 381-91-309

E-Mail [Harald.Brandl@bw.aok.de](mailto:Harald.Brandl@bw.aok.de)

[www.aok-bw-presse.de/nordschwarzwald](http://www.aok-bw-presse.de/nordschwarzwald)

Medizin unterscheidet auch zwischen einem objektiven Tinnitus, der durch wenn auch leise, aber messbare Schallquellen verursacht wird. Deutlich häufiger ist aber der subjektive Tinnitus. „Dieser ist auf eine Täuschung des Hörorgans zurückzuführen, das Geräusch ist nicht messbar“. Dafür kennen die Mediziner eine ganze Reihe möglicher Ursachen: Schwerhörigkeit, Lärm, Knalltraumata, Hörsturz, Ohrschmalz oder auch ein Fremdkörper im Ohr oder eine Belüftungsstörung der Ohrtrompete können die Gründe sein. Aber auch Erkrankungen des Herzkreislauf- bzw. zentralen Nervensystems, Funktionsstörungen von Zähnen und Kiefer oder der Halswirbelsäule und emotionale Belastung können Auslöser für subjektiven Tinnitus sein.

Wichtig ist, dem Tinnitus wenig Bedeutung im eigenen Leben zu geben. Entspannung kann helfen, wie Yoga oder andere Entspannungsübungen. Entspannend wirken auch Geräusche wie Wellen, Wasserfälle, Regen oder die Geräusche einer Sommernacht. Dafür gibt es spezielle Geräte im Fachhandel. Ein Maskieren des Tinnitus zum Beispiel durch einen Zimmerspringbrunnen oder angenehme Geräusche wie Meeresrauschen oder Sommernachtgeräusche können helfen, den Tinnitus auszublenden und am Abend Schlaf zu finden. Völlige Stille sollte man meiden, in dieser wird der Tinnitus stärker wahrnehmbar. Apps, bei denen der Tinnitus dadurch gebessert werden soll, indem die Tinnitusfrequenzen aus der Musik gefiltert werden, haben sich in einer Studie leider als unwirksam erwiesen. Gleichzeitig führt das damit verbundene Hören der Lieblingsmusik über Kopfhörer möglicherweise zu weiteren Schädigungen des Ohres.

Für Menschen, die stark unter dem Tinnitus leiden, können Geräte hilfreich sein, die durch Geräusche den Tinnitus maskieren (Masker) oder von ihm ablenken (Noiser). Diese werden wie Hörgeräte hinter dem Ohr getragen.

---

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:  
[www.aok-bw.de](http://www.aok-bw.de)

**AOK Baden-Württemberg**  
**Bezirksdirektion**  
**Nordschwarzwald**  
**Pressestelle**

Zerrennerstraße 49  
75172 Pforzheim

Telefon 07231 381-309

Telefax 07231 381-91-309

E-Mail [Harald.Brandl@bw.aok.de](mailto:Harald.Brandl@bw.aok.de)

[www.aok-bw-presse.de/nordschwarzwald](http://www.aok-bw-presse.de/nordschwarzwald)

AOK – Die Gesundheitskasse  
Nordschwarzwald  
Bezirksdirektion der AOK Baden-Württemberg

---

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:  
[www.aok-bw.de](http://www.aok-bw.de)

**AOK Baden-Württemberg**  
**Bezirksdirektion**  
**Nordschwarzwald**  
**Pressestelle**

Zerrennerstraße 49  
75172 Pforzheim

Telefon 07231 381-309

Telefax 07231 381-91-309

E-Mail [Harald.Brandl@bw.aok.de](mailto:Harald.Brandl@bw.aok.de)

[www.aok-bw-presse.de/nordschwarzwald](http://www.aok-bw-presse.de/nordschwarzwald)