



Tinnitus

Fiep fiep fiep - ich hab dich nicht lieb

Von Jens Lubbadeh

Wenn's im Ohr anfängt zu fiepen, kann das Aktionismus auslösen: Tinnitus heißt das Leiden, das Menschen langsam aber sicher in den Wahnsinn treibt. Eine Leidensgeschichte.



"Sie dürfen auf keinen Fall in sich 'hineinhorchen'", hatte meine Apothekerin mit wissender Miene gesagt. "Dann werden Sie nämlich wahnsinnig." Recht hatte sie behalten, die gute Frau. Doch nicht in sich hineinzuhorchen, wenn alles um einen herum gar nicht mal unbedingt mucksmäuschenstill ist, ist ungefähr der einfachste Rat seit "sei doch mal spontan" oder "mach dich mal locker." Jedenfalls ist das hohe Fiepen im rechten Ohr, das auf einmal da war und das leider nicht mehr gehen wollte, nicht angenehm. Ja, ich, 31 Jahre alt, hatte nun auch einen Tinnitus! Sicher, es gibt Schlimmeres, aber es wäre schon schön, wenn man doch noch ein wenig Mitspracherecht über sein rechtes Ohr besäße. Wenn man selbst entscheiden könnte, wann da was fiept und wann nicht.

© Picture-Alliance

Das Fiepen kommt, wann es will: Die Ursache für Tinnitus ist noch immer nicht erforscht

Was, wenn es nie wieder wegginge?

Tinnitus, Tinnitus - das war eigentlich immer eine Geschichte, die man bislang nur älteren Leuten zugeordnet hatte. Oder extrem gestressten. Und normalerweise kündigte sich so etwas allen Erzählungen nach zu urteilen immer mit einem Fanal an: dem berüchtigten Hörsturz. Nicht so bei mir. Auf einmal war es da, das Fiepen im rechten Ohr. Nicht, dass es mich verrückt machte, oder mir den Schlaf raubte. Es war gerade so leise, dass ich es bei ruhigem Umfeld hörte. Und auch nicht immer. Meistens nur morgens nach dem Aufstehen. Das Fiepen war so hochfrequent, dass es nicht schrill war. So ähnlich wie das Pfeifen siedenden Wassers in einem Kochtopf, das durch einen schmalen Schlitz nach außen pustet. Wie ein Ton, den die Stereoanlage von sich gibt, wenn man den Lautstärkeregler ganz leicht über Null gedreht hat. Es tat nicht weh, es nervte (noch) nicht - aber es machte mir Angst. Denn da war nun mal kein Lautstärkeregler, den man eben mal wieder herunterdrehen konnte. Es war die Angst vor dem Kontrollverlust. Was, wenn es schlimmer werden würde? Was, wenn es nie wieder wegginge?

Freunde verzogen sorgenvoll das Gesicht, wenn ich ihnen von meinem Tinnitus erzählte. Wie lange ich ihn denn schon hätte, wurde ich immer wieder gefragt. Etwa schon länger als drei Monate? Schnell müsse ich reagieren, sofort zum Arzt gehen - sonst würde er chronisch werden, der Tinnitus. Schmerzgrenzen sind ja bekanntlich subjektiv. Der Eine kann seit Jahren nicht mehr vernünftig schlafen und hat schon alles von der Sauerstofftherapie bis zur progressiven Muskelentspannung ausprobiert. Der Andere vergisst völlig, dass er überhaupt einen Tinnitus hat.



Ich ging ganz schnell zum Hals-Nasen-Ohren-Arzt

Tinnitus ist übrigens nicht gleich Tinnitus. Bei dem einen fiept's, beim dem anderen klingelt's, bei manchen scheppert's oder zwitschert's - und ja, es soll auch Leute geben, bei denen es im Kopf donnert. Heilmittel? Viele und keine. Denn die Wissenschaft ist ratlos in Sachen Tinnitus. Entsteht die subjektive Hörwahrnehmung nur im Gehirn? Ist die Durchblutung des Innenohrs gestört? Ist es der Stress? Oder alles psychosomatisch? Ursachen - das ist erwiesen - gibt es viele, vermeintliche Heilungsansätze jedoch noch viel mehr.

Ich ging also schnell zum Hals-Nasen-Ohren-Arzt. Machte einen Hörtest. Dieser ließ erst einmal aufatmen: ich hatte (noch) keinen Hörverlust erlitten. Der Arzt verschrieb mir ein durchblutungsförderndes Mittel - damit die Hörschnecke wieder richtig Sauerstoff bekäme. Und ich solle auf jeden Fall wiederkommen, falls nach drei Monaten keine Besserung erfolgte. Wieder diese drei Monate. Offenbar eine kritische Grenze. Jedenfalls meinte er, in diesem Falle müsse man sich dann "etwas Neues überlegen"

© Picture-Alliance

Tinnitus ist ein altes Leiden, doch die Wissenschaft noch immer ratlos. Hier eine Therapie mit Blutegeln



Frische Photonen für die Zell-Kraftwerke

Als ich das Präparat abholte, raubte mir meine Apothekerin allerdings sofort wieder die gerade frisch gekeimte Hoffnung. Ihrer Erfahrung nach zu urteilen gebe es keine wirksame Therapie gegen Tinnitus. Überhaupt hätte ich ja Glück, dass ich so ein Präparat noch verschrieben bekäme - in Zeiten der Gesundheitsreform! Die meisten Ärzte würden das ja gar nicht mehr verschreiben - und wenn, dann nur Privatpatienten. Wie auch immer - gegen Tinnitus helfe nur eines. Genau. Einfach nicht in sich "hineinhorchen".

Es kam, wie es kommen musste. Die Apothekerin behielt Recht und das Präparat blieb wirkungslos. Ich horchte wie verrückt in mich hinein und versuchte dennoch, mich irgendwie mit meinem Tinnitus zu arrangieren. Dann hörte ich von einer Laser-Therapie. Das Prinzip: Energieresichtes Laserlicht wird in Hörschnecke geleitet und soll dort die Energiespeicher der Zellen auffüllen.

© www.luxmed.de

Die Firma Luxmed bietet eine Eigentherapie mit Laser an

So heißt es denn auch auf der Homepage der Firma Luxmed:

"Viele Krankheiten entstehen durch einen Mangel an natürlichem Sonnenlicht. Diese benötigte Licht-Energie wird in den 5.000 Milliarden Körperzellen gespeichert. Photonen (Lichtteilchen) treiben diese Zellkraftwerke (Adenosinriphosphate) an. Verliert die Körperzelle Energie, die nicht zeitgleich wieder ersetzt wird, führt dies allmählich zur Schädigung und letztendlich zum Tod der Zelle. Die Softlasertherapie soll das Ohr bei der Regeneration unterstützen."

Irgendwann war da kein Fiepen mehr

Hörte sich interessant an und erschien auf jeden Fall risikoärmer als irgendwelche Pillen zu schlucken. Ich wollte zumindest einmal den Versuch starten, die Zellkraftwerke in meinem rechten Innenohr wieder ordentlich anzutreiben.



Der Laser entpuppte sich als ein stabförmiges Teil, einem Kugelschreiber nicht unähnlich - aber auf jeden Fall styliher. Nur mit zwei kleinen Batterien betrieben, hängt man sich das Ganze um den Hals und soll also so mehrere Wochen lang täglich 20-30 Minuten Laserlicht in sein Ohr leiten. Da es verständlicherweise relativ unbequem ist (und auch einfach nur dämlich aussähe), mit einem Kugelschreiber im Ohr täglich 30 Minuten herumzulaufen, gibt es als Erweiterung noch das TinniTool - ein Fiberglas-Kabel, das den Laserstrahl weiterleitet und mit einer speziellen Halterung bequem am Ohr getragen direkt ins Ohr strahlt.

Jeden Tag gab ich also morgens - wenn der Tinnitus besonders schlimm war - den Zellkraftwerken ihre Portion an Photonen. Manchmal sogar zweimal am Tag. Drei Monate hielt ich das auch konsequent durch. Dann war der Tinnitus leider immer noch da, wenn er mir auch etwas schwächer erschien. Wieder nichts gebracht, dachte ich.

Jedenfalls verdrängte ich das ganze Thema erst einmal, hörte auch unbewusst auf, in mich hineinzuhorchen. Und eines Tages dachte ich: er ist weg! Ich horchte und horchte in mich hinein - aber da war kein Fiepen mehr.

War's der Laser? War es nur der Placebo-Effekt? Hatte ich den Tinnitus einfach weg ignoriert? Oder war es letztlich doch der Rat meiner Apothekerin? Ich weiß es nicht. Hauptsache, es hat sich ausgefiept!

© www.luxmed.de

30 Minuten täglich soll Laserlicht die Zellen des Innenohrs wieder auf Vordermann bringen