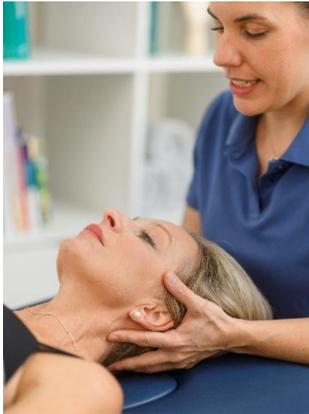


## Tinnitus – was die Osteopathie leisten kann

**Pfeifen, Piepen, Rauschen – Tinnitus. Etwa jeder 4. Erdenbürger hat ihn schon einmal erlebt. [1] Meistens kommen und gehen die Ohrgeräusche, bleiben für nur wenige Minuten. Doch ein Tinnitus kann chronisch werden: Das passiert, wenn die Geräusche mehr als drei Monate anhalten. So individuell wie die Symptome und Ursachen eines Tinnitus auftreten, so individuell ist auch die Behandlung der Patienten. Die Osteopathie ist eine Möglichkeit Zusammenhänge aufzudecken und nach ganzheitlicher, osteopathischer Sichtweise zu behandeln.**



*Ein Tinnitus (Tinnitus aurium) ist ein Geräusch, das Betroffene hören, obwohl es von keiner Schallquelle kommt. Mit der Osteopathie können bspw. Spannungen am Kopf behandelt werden, um den Patienten wieder mehr Lebensqualität zu geben.  
Foto: BVO*

### Was ist ein Tinnitus?

Hören Betroffene Geräusche wie ein Piepen, Brummen, Summen oder Rauschen, die nicht von einer Schallquelle stammen, bezeichnen Fachleute das als einen subjektiven Tinnitus. Ein Tinnitus wird jedoch auch unterteilt nach Verlaufsdauer (akut, chronisch), Schweregrad und ob er mit einem Begleitbefund auftritt. [2]

### Wie äußert sich ein Tinnitus?

Symptome eines Tinnitus sind Geräusche wie ein Klingeln, Zischen oder Knacken. Diese Ohrgeräusche können entweder konstant auftreten oder auch rhythmisch. Hin und wieder treten sie unvermittelt und grundlos auf und halten in der Regel nicht länger als eine Minute an. [3] Bei manchen bleibt das Geräusch jedoch über Monate hinweg bestehen und wird so zu einem chronischen Tinnitus.

### Welche Ursachen kann ein Tinnitus haben?

Ein Tinnitus kann vielfältige Gründe haben. In Betracht können viele Beschwerden und Erkrankungen kommen, zum Beispiel:

- Lärmschäden
- Durchblutungsstörungen
- lokale Beschwerden wie eine Erkrankung des Mittel- oder Innenohrs
- Probleme der Halswirbelsäule
- Gebissfehlstellungen

Oft vermuten Betroffene auch Stress als Auslöser für einen Tinnitus. Doch woher er genau kommt, konnte die Wissenschaft noch nicht beantworten.

### Behandlung und deren Möglichkeiten

Es gibt keine pauschale Vorgehensweise beim Tinnitus, denn es kommt auf die Ursache an. Zum Beispiel, wenn die Ohrgeräusche aufgrund von Bluthochdruck auftreten, wird die zugrundeliegende Erkrankung behandelt (in diesem Fall die Hypertonie).

Schwieriger ist es, den Tinnitus zu behandeln, wenn die Ursache unbekannt ist. Wichtig ist es dann für Betroffene einen Weg zu finden, mit dem Tinnitus gut zurecht zu kommen und die Lebensqualität zu verbessern.

## Tinnitus und Osteopathie

Zur Behandlung eines Tinnitus gibt es derzeit noch keine wissenschaftlich abgesicherte Therapie. Die Osteopathie kann jedoch dabei helfen aufgrund der ganzheitlichen Sichtweise und mittels einer ausführlichen Diagnostik den Ursachen der Ohrgeräusche auf den Grund zu gehen. „Unser Vorteil ist, dass wir uns für unsere Patienten Zeit nehmen können“, erklärt BVO-Vorstandsmitglied Godehard Stoll. So können Osteopathen Betroffene ganzheitlich untersuchen. Sie arbeiten dabei rein mit den Händen, spüren Verklebungen oder Blockaden auf. Denn oft sitzt die Ursache nicht direkt da, wo die Beschwerden auftreten.

„Im Falle vom Tinnitus bietet die Osteopathie sehr gute Techniken, die als Ergänzung zu den HNO-medicinischen Behandlungen zum Einsatz kommen können“, fügt Stoll, der seit über 20 Jahren osteopathisch tätig ist, hinzu.

## Wie geht der Osteopath bei Tinnitus vor?

„Wir beginnen mit einer ausführlichen Anamnese, lassen uns gegebenenfalls auch medizinische Unterlagen wie Röntgen- oder MRT-Bilder zeigen und fragen unsere Patienten gezielt nach anderen Traumata oder ähnlichem“, erläutert Godehard Stoll. „Und dann palpieren wir – tasten den Körper also mit den Händen ab.“ So können Osteopathen feststellen, ob es Verspannungen gibt.

Anschließend kommt der Hauptteil: die Behandlung mit osteopathischen Techniken.

„Manchmal kommt es vor, dass Patienten eine Blockade im Kiefer haben. Man muss wissen, dass diese Strukturen eng miteinander zusammenhängen. Eine Spannung im beziehungsweise am Kopf kann einen Einfluss auf das Innenohr, das Trommelfell und die entsprechenden Strukturen haben. Wird diese Spannung dann gelöst, verschwindet in der Regel auch der Tinnitus“, führt der BVO-Vorstand aus. „Natürlich funktioniert das nicht immer.“

## Tipps zum Umgang mit Tinnitus

Godehard Stoll hält noch einige Anregungen für Betroffene bereit:

- **Entspannung**, z.B. mit autogenem Training oder Meditation, ist empfehlenswert. Denn das hat Einfluss auf das vegetative Nervensystem, das sich wiederum positiv auf den Blutdruck, den Herzschlag und die Atmung auswirkt.
- **Yoga** kann den Tinnitus ebenso positiv beeinflussen, da sich die Patienten meist sehr auf die ungewöhnlichen Positionen konzentrieren.
- Manchmal ist **Musik** hilfreich, die das Ohrengeräusch überdeckt. Betroffene hören den Tinnitus dann gar nicht mehr oder zumindest in abgeschwächter Form

„Schauen Sie, was Ihnen guttut und probieren Sie verschiedene Wege aus“, resümiert Godehard Stoll. „Denn leider müssen sich Patienten häufig mit einem Tinnitus arrangieren. Doch viele erreichen mit den adäquaten Kompensationsmechanismen eine hohe Lebensqualität.“

Weitere Informationen für Ihre Leser oder als Themenanregung finden Sie in unserem Blog „Osteopathie Magazin“ ► [bit.ly/BVO-Blog](https://bit.ly/BVO-Blog).

## Weitere Bildauswahl



*Godehard Stolls  
Praxisschwerpunkt ist die  
Osteopathie sowie die  
Nachbehandlung  
konservativer und  
postoperativer  
orthopädischer und  
neurologischer Patienten.  
Foto: BVO*



*Verswindet das Ohrklingen nicht  
innerhalb weniger Tage von allein, sollte  
ein HNO-Arzt aufgesucht werden.  
Foto: weyo – stock.adobe.com\**



*Ein Osteopath bzw. eine  
Osteopathin arbeitet nur  
mit den Händen.  
Foto: BVO*

*\* Bei der Abbildung handelt es sich um ein Beispielbild. Aus lizenzrechtlichen Gründen muss dieses ersetzt werden.*

[>> Weiteres Bildmaterial zum Download <<](#)

[>> Pressemitteilung als PDF inkl. Bilder\) zum Download <<](#)

## Über den Bundesverband Osteopathie e.V.

Starker Service, starker Fortschritt, starker Partner – das ist der Bundesverband Osteopathie e.V. – BVO. Er ist die berufliche Interessenvertretung für osteopathisch arbeitende Therapeuten, Schulen und Einrichtungen in Deutschland. Seit 2002 setzen wir uns ein für eine qualifizierte Ausbildung mit einheitlich festgelegten Richtlinien zur Osteopathin/zum Osteopathen sowie einer gesetzlich anerkannten Berufsausübung der Osteopathie. Nur so kann eine hohe Sicherheit und Qualität v.a. für Patienten garantiert werden.

### Kontakt:

Jacqueline Damböck  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Tel. 09232 88 12 624  
[presse@bv-osteopathie.de](mailto:presse@bv-osteopathie.de)  
[www.bv-osteopathie.de](http://www.bv-osteopathie.de)

### Literatur:

- [1] Mazurek B, Hesse G, Dobel C, Kratzsch V, Lahmann C, Sattel H: Clinical practice guideline: Chronic tinnitus—diagnosis and treatment. Dtsch Arztebl Int 2022; 119: 219–25. DOI: 10.3238/arztebl.m2022.0135  
[2] [https://flexikon.doccheck.com/de/Tinnitus\\_aurium](https://flexikon.doccheck.com/de/Tinnitus_aurium) abgerufen am 28.2.2024  
[3] <https://gesund.bund.de/tinnitus#definition> abgerufen am 28.2.2024  
[4] <https://www.gesundheitsinformation.de/ohrgerausche-tinnitus.html#Einleitung> abgerufen am 28.2.2024