
Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter www.betanet.de.

© 2025 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | www.betanet.de

Tinnitus > Allgemeines

1. Das Wichtigste in Kürze

Tinnitus ist eine Art Ohrensausen, das nur von der betroffenen Person wahrgenommen wird.

Hörsturz ist ein teilweiser bis kompletter Verlust des Hörvermögens.

Morbus Menière ist eine Erkrankung des Innenohrs, hauptsächlich des Gleichgewichtsorgans.

Hyperakusis ist eine Geräuschüberempfindlichkeit.

2. Kurzinfo zu Tinnitus

Tinnitus ist ein Ohrgeräusch, permanent oder auch zeitweise, ohne äußere Quelle. Es handelt sich dabei um Geräusche wie Pfeifen, Brummen, Knacken, Klopfen, Zischen oder Rauschen. Die Geräusche sind nur von der betroffenen Person wahrnehmbar, sie lassen sich **nicht** mit technischen Hilfsmitteln messen.

In den meisten Fällen leiden Betroffene auch unter einem teilweisen Hörverlust.

Selten gibt es auch den objektiven Tinnitus, bei dem ungewöhnliche Körpergeräusche gemessen werden können.

2.1. Entstehung

Es gibt vielfältige Ursachen für die Entstehung des Tinnitus. Die Geräusche im Ohr oder auch im Gehirn entstehen, ohne dass von außen wirklich ein Reiz auf das Ohr einwirkt.

In vielen Fällen entsteht der Tinnitus durch eine krankhafte Veränderung der Schallverarbeitung im Innenohr.

Aber auch krankhafte Prozesse im Hörsystem insgesamt, also überall im Ohr und auch in den zugehörigen Hirnarealen, können einen Tinnitus verursachen. Bestimmte Ausfälle, Schäden oder Störungen veranlassen das Gehirn, das Fehlende durch Überaktivität auszugleichen und falsche Geräuschinformationen zu liefern.

2.2. Auslöser

Auslöser können verschiedenste organische Erkrankungen, Entzündungen oder Unfälle, aber auch andere Hörbeeinträchtigungen, Stress oder Medikamente sein. In vielen Fällen lässt sich der Auslöser nicht (mehr) feststellen.

3. Arten des Tinnitus

Unterschieden werden:

- **Akuter** Tinnitus: besteht weniger als 3 Monate
- **Chronischer** Tinnitus: besteht länger als 3 Monate

Unterschieden werden zudem:

- **Kompensierter Tinnitus** :
Die betroffene Person hört das Ohrengeräusch ständig, doch es treten keine weiteren Symptome wie Schwindel oder Kopfschmerzen auf. Sie kann damit so umgehen, dass, wenn überhaupt, nur ein geringer Leidensdruck herrscht und der Tinnitus die Lebensqualität kaum beeinträchtigt.
- **Dekompensierter Tinnitus** :
Die Ohrgeräusche haben Einfluss auf alle Lebensbereiche der betroffenen Person und führen zu weiteren Erkrankungen (siehe unten). Es besteht ein hoher Leidensdruck und die Lebensqualität ist stark beeinträchtigt.

3.1. Komplikationen

Die ständigen Töne oder Geräusche belasten Körper und Psyche dauerhaft, was den Stress erhöhen und den Allgemeinzustand verschlechtern kann. Es gibt eine lange Liste von Krankheiten und Beschwerden, die durch Tinnitus ausgelöst oder verstärkt werden können. Die häufigsten sind:

- Psychische, psychosomatische oder psychiatrische Zusatzkrankungen, z.B. verschiedene Formen von

[Depressionen](#) oder Angststörungen

- Beeinträchtigte kognitiv-emotionale Reaktionen, z.B. Kontrollverlust, Katastrophisierung, Resignation, Hilflosigkeitsgefühl, fehlender Selbstwert, eingeschränkte Lebensbewältigung, fehlende Lebensperspektive
- Beeinträchtigte verhaltensbezogene Reaktionen, z.B. Ein- und Durchschlafstörungen, sozialer Rückzug, Isolierung, Vermeidungsverhalten, Kommunikationsstörungen, Beziehungsstörungen
Hilfreiche Tipps bei Schlafstörungen unter [Schlafhygiene](#) .
- Organische Krankheiten, z.B.: Muskelverspannung in der Halswirbelsäule oder der Kiefer-Kaumuskulatur, Kopfweh, Ohrenweh, Benommenheit, Schwindel
- Störungen des Hörvermögens und der Geräuschwahrnehmung, z.B. Dysakusis, Hyperakusis (siehe unten)

4. Verwandte Krankheiten

4.1. Hörsturz

Ein Hörsturz ist ein teilweiser bis kompletter Verlust des Hörvermögens, er wird häufig von Tinnitus, manchmal auch von Schwindel und Druckgefühl begleitet. Häufigste Ursachen sind Durchblutungsstörungen des Innenohrs. Virale Infektionen, Autoimmunerkrankungen oder vielleicht auch ein Durchbruch der Trennwand zwischen Paukenhöhle und Innenohr werden diskutiert.

4.2. Hyperakusis (Geräuschüberempfindlichkeit)

Hyperakusis und Tinnitus treten gehäuft gemeinsam auf, können sich gegenseitig beeinflussen oder verursachen. Vermutet werden ähnliche Ursachen im Hörsystem. Es gibt sehr verschiedene Formen, z.B. eine generelle Überempfindlichkeit gegen Umgebungsgeräusche, ein Nicht-ertragen-können bestimmter Geräusche, Schmerzen und Ängste bei bestimmten Geräuschen oder Überempfindlichkeit bei Schwerhörigkeit. Entsprechend individuell muss die Behandlung ansetzen.

4.3. Morbus Menière

Morbus Menière ist eine Erkrankung des Innenohrs, hauptsächlich des Gleichgewichtsorgans.

- Akuter Drehschwindel
- Schwerhörigkeit
- Ohrgeräusche
- Übelkeit bis Erbrechen
- Druckgefühl im Ohr

Zwischen den Anfällen bestehen keine Gleichgewichtsstörungen, die Hörminderung kann bleiben. Die Ursachen sind nicht genau bekannt, aber Flüssigkeit im Innenohr führt zu den Störungen und Ausfällen.

Verhalten im **Akutfall**:

- Medikamente gegen Übelkeit und Schwindel einnehmen - dieses sollten Betroffene immer mit sich führen.
- Tüte für den Fall des sich Erbrechens bereithalten.
- Wenn möglich, die Augenbewegungen mit einer Kamera oder einem Handy filmen. Das erleichtert die nachgehende Analyse der Vorgänge im Gleichgewichtsorgan.
- Immer seine Menière-Karte mit sich führen. Sie klärt mögliche Helfende über die Symptome der Erkrankung auf und welche Hilfe erforderlich ist. Die Karte kann angefordert werden bei der Deutschen Tinnitus-Liga unter der E-Mail dtl@tinnitus-liga.de .

5. Wer informiert bei Tinnitus, Morbus Menière, Hörsturz und Hyperakusis?

- Die **Deutsche Tinnitus-Liga** informiert über Hörbeeinträchtigungen sowie über Selbsthilfegruppen und -möglichkeiten unter www.tinnitus-liga.de .
- Informationen über Hörstürze finden Sie unter www.hno-aerzte-im-netz.de > [Krankheiten](#) > [Hörsturz](#) .
- Über Hyperakusis informiert die **Hyperakusis Selbsthilfe** unter www.hyperakusis-selbsthilfe.de .

6. Verwandte Links

[Tinnitus](#)

[Tinnitus > Behandlung](#)

[Tinnitus > Beruf](#)

[Tinnitus > Finanzielle Hilfen](#)

[Tinnitus > Schwerbehinderung](#)