

Tinnitus - eine Geißel für alle Betroffenen

Liebe Leserinnen und Leser,



in den letzten Wochen haben mich gleich drei meiner besten Freunde auf ein Leiden aufmerksam gemacht, von dem offensichtlich doch viel mehr Menschen betroffen sind als ich bisher glaubte: Tinnitus.

Alle drei Freunde haben eine gemeinsame Erfahrung gemacht: Die Ärzte wissen keinen rechten Rat, probieren das eine oder das andere aus und zucken letztendlich mit den Schultern und raten nur noch, man möge lernen es zu ertragen. Man würde sich daran gewöhnen, heißt es dann. Natürlich wollte sich keiner meiner Freunde damit abfinden, dass es keine Lösung für ein Leiden geben soll, welches meine Freunde und sicher auch all die anderen Betroffenen als wahre Geißel beschreiben.

Ich habe mich deshalb auf die Suche gemacht, um mehr über dieses Symptom (oder besser: Syndrom) in Erfahrung zu bringen.

Wer unter Tinnitus leidet vernimmt störende Ohrgeräusche wie Knacken, Pfeifen, Sausen oder Rauschen. Die Geräusche sind in der Umgebung des Betroffenen aber gar nicht vorhanden. Ursachen für Tinnitus sind unter anderem Ohrerkrankungen wie der Hörsturz oder die Mittelohrentzündung. Aber auch eine Durchblutungsstörung des Innenohrs kann für den Tinnitus verantwortlich sein.

Das Thema Tinnitus ist von vielen Missverständnissen umsäumt. Häufig wird der Fehler begangen, den Tinnitus als eigene Krankheit zu betrachten. Da er aber oft ein Symptom einer anderen Krankheit ist, verstellt diese Betrachtungsweise oft den Blick auf mögliche Ursachen. Wegen der Vielfältigkeit der Ursachen und der Verschiedenartigkeit seines Auftretens, wird von einigen Wissenschaftlern die Einordnung als Syndrom favorisiert. Besonders in den letzten Jahrzehnten ist die Anzahl der Tinnituspatienten in den westlichen Industrieländern sehr stark angestiegen. Man spricht daher in Deutschland bereits von einer Volkskrankheit.

Der Gesundheits-Brockhaus (F.A. Brockhaus GmbH, Leipzig - Mannheim) gibt uns folgende Beschreibung:

Ohrgeräusche (Ohrensausen, Tinnitus): rauschende, klingende oder pfeifende Geräusche im Ohr, die meist nur vom Betroffenen wahrnehmbar sind. Der Entstehungsmechanismus der Ohrgeräusche ist nicht immer zu klären. Als Ursache vom Herzschlag unabhängiger

Ohrgeräusche kommen verschiedene Krankheiten infrage. Mit dem Herzschlag synchrone Ohrgeräusche finden sich z. B. bei Durchblutungsstörungen, bei krankhaften Ausweitungen arterieller Blutgefäße (Aneurysmen) oder bei Bluthochdruck. Es muss eine gründliche Untersuchung durch den Internisten oder Hals-Nasen-Ohren-Arzt erfolgen. Die Behandlung erfolgt entsprechend der Grunderkrankung. Bei Ohrgeräuschen ohne erkennbare Ursache oder erfolgloser Therapie sind psychologische Maßnahmen wie Entspannungs- und Gewöhnungstraining angeraten. Helfen kann auch der Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe wie der Tinnitus-Liga.

So richtig "ermutigend" ist dieser Beitrag im Gesundheits-Brockhaus nicht, oder?

Es gibt aber andere Quellen: Eine meiner Lieblingsquellen für naturheilkundliche Lösungen ist das Werk "Handbuch Nährstoffe" - der "Burgersteins" - erschienen im Verlag Karl. F Haug, Stuttgart. Der "Burgersteins" ist sehr viel konkreter in seinen Aussagen als die sonst zugänglichen Quellen. Insbesondere werden Lösungen angeboten:

"Funktionsstörungen des Innenohrs können das Gehör beeinträchtigen, zu einem Tinnitus (ein ständiges Läuten, Pfeifen oder Sausen im Ohr) führen oder Schwindel verursachen. Diese Probleme sind weit verbreitet, insbesondere bei Menschen, die über 65 Jahre alt sind - ein Drittel bis die Hälfte von ihnen hat Hörschäden. Altersbedingter Hörverlust kann verhindert werden: Faktoren aus den Bereichen Ernährung und Nährstoffversorgung spielen bei diesen Störungen eine wichtige Rolle."

Da Tinnitus meistens eine Folge von Durchblutungsstörungen ist, werden zusätzlich empfohlen:

Eine weitere Quelle für Lösungen bei Tinnitus finden Sie im Buch "Kursbuch Naturheilkunde" - der sanfte Weg zu Gesundheit und Wohlbefinden - von Anita Höhne und Dr. Leonhard Hochenegg, erschienen im Verlag Wilhelm Heyne, München.

Auch aus diesem Buch habe ich Ihnen die wichtigsten Aussagen zur Entstehung von Tinnitus und die empfohlenen Maßnahmen zur Abhilfe zusammengestellt:

Es wird dort angeraten, besonders Aspirin zu vermeiden, denn durch Aspirin kann die Blutviskosität so verändert werden, dass es zu Strömungsgeräuschen kommt. Wassertreibende Mittel, Antibiotika, Antikoagulantien (Gerinnungshemmer oder Blutverdünner) und blutfettsenkende Substanzen können Ohrgeräusche hervorrufen, da die Blutzusammensetzung eventuell verändert wird. Es wird geraten, die Blutfettwerte häufig zu kontrollieren, denn jede Erhöhung der Blutfettwerte lässt Geräusche im Innenohr entstehen. In diesem Buch wird ausgesagt, dass die häufigste Ursache für Tinnitus in verengten Blutgefäßen im Innenohr begründet ist. Weiter sollte die Salzzufuhr eingeschränkt werden. Das Verhältnis von Kalium- zu Natriumsalzen in der Nahrung sollte bei mindestens 5 zu 1 liegen. Das bedeutet natürlich, dass vegetarische Kost vorzuziehen ist.

Ich muss Sie darauf hinweisen, dass ich kein Arzt bin. Ich will mit meinem Gesundheitsbrief lediglich Hinweise zur Lösung geben. Wenn Sie meine Lösungsvorschläge aber dazu verwenden, um sie mit einem Arzt oder Therapeuten Ihrer Wahl zu besprechen und in gemeinsamer

Verantwortung zu verwenden, habe ich mein Ziel erreicht: Aufzeigen von Lösungen und Hilfen.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihre Newsletter-Redaktion



Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln