

## Ich habe eine «Mücke» im Ohr, kann man etwas dagegen tun?

*Abends, im Bett, wenn es ganz ruhig wird, vernehme ich (61-jährig) einen Summton im linken Ohr, als ob sich eine Mücke ins Ohr verirrt hätte. Kann man etwas dagegen tun? Besteht die Gefahr, dass dieser Ton noch lauter wird?  
Z. G. IN M.*

**Dr. med. Monica Conrad, FMH für Hals-, Nasen- und Ohrenkrankheiten, Hals- und Gesichtschirurgie, Belegärztin Klinik St. Anna, [www.hno-praxis.ch](http://www.hno-praxis.ch):**

Einen Ton im Ohr, den nur der Betroffene selbst wahrnehmen kann und der ohne externe akustische Stimulation auftritt, nennt man Tinnitus.

Etwa 1 Prozent der Bevölkerung leidet unter mehr oder weniger stark ausgeprägtem Ohrgeräusch, aber nur 10 Prozent davon benötigen ärztliche Unterstützung.

Ein Tinnitus, der den Betroffenen irritiert oder stört, sollte HNO-ärztlich abgeklärt werden, um einmal heilbare Ursachen abzuklären, zum anderen auszuschliessen, dass irgendeine Erkrankung des zentralen Nervensystems oder eine Stoffwechselerkrankung ursächlich eine Rolle spielt. Da eine solche Symptomatik allein schon durch Ohrschmalz, welcher auf dem Trommelfell liegt, hervorgerufen werden kann, ist eine ärztliche Untersuchung empfehlenswert.

Tinnitus ist häufig mit einer Erkrankung oder vorangegangener Schädigung eines oder beider Innenohren verbunden. So tritt Tinnitus oft nach Hörsturz oder Lärmschaden des Innenohres auf. Nicht selten können auch Veränderungen im Bereich des Mittelohres zu störenden Ohrgeräuschen führen. Bei den meisten Betroffenen mit einem derartigen Tinnitus kann der Hals-Nasen-Ohren-Arzt zwar die Ursache herausfinden, nur wenige allerdings kann er von dem oftmals lästigen Übel befreien.

In den allermeisten Fällen genügt es aber, den Betroffenen klar zu machen, dass auf Grund einer gründlichen Untersuchung nichts Ernsthaftes hinter einem solch störenden Geräusch steckt. Die überwiegende Anzahl der Betroffenen kann das Ohrgeräusch dann auch akzeptieren. In bestimmten Fällen kann es aber notwendig sein, eine psychotherapeutische Behandlung einzuleiten mit dem Ziel, die innere Bereitschaft herzustellen, mit dem Geräusch zu leben. Zusätzlich wird ein so genannter «Noiser» angepasst, welcher in der Ohrmuschel getragen wird und ein kontinuierliches leises Rauschen abgibt.

Wenn Sie nun abends im Bett, wenn es ganz ruhig wird, einen leisen Summton im linken Ohr, ähnlich dem Brummen einer Mücke, verspüren, dann sind Sie sicherlich einer von tausend Mitmenschen, die ähnliche Probleme beschreiben. Ob ein solches Geräusch mit der Zeit lauter werden kann, hängt ganz davon ab, wie sehr und wie häufig sich der oder die Betroffene auf das Ohrgeräusch konzentriert. Man nimmt heute an, dass je mehr man sich auf einen leisen Ton, den man im Ohr hört, konzentriert und je häufiger man ihn «abrufft», desto lauter kann er mit der Zeit werden. Ferner wird er umso lauter, je mehr man sich selbst dagegen wehrt, oder ihn gar zum Mittelpunkt seines Daseins macht.

Diese Ausführungen sollen nicht ein die Lebensqualität beeinflussendes Symptom bagatellisieren, am besten lassen Sie sich von Ihrem HNO-Arzt abklären und beraten.