

Neue Europäische Tinnitus-Leitlinie

Wissenschaftlich gesicherte Grundlage zur Beurteilung der Wirksamkeit von Tinnitustherapien

Berlin, 25. März 2019 – Nach mehrjähriger, intensiver Zusammenarbeit zahlreicher europäischer Tinnitus-Forschungsgruppen, darunter auch das Tinnituszentrum der Charité – Universitätsmedizin Berlin, hat die Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V. im Frühjahr 2019 die erste europäische Tinnitus-Leitlinie veröffentlicht. Professor Dr. med. Birgit Mazurek gehörte dem wissenschaftlichen Leitungskomitee an und verantwortete gemeinsam mit Professor Dr. med. Gerhard Hesse die Koordination.

Ziel war es, den Zusammenhang von Tinnitus und epidemiologischen sowie pathophysiologischen Entwicklungen zu erklären, die aktuellen, oft kontrovers in der Öffentlichkeit diskutierten Therapieansätze zu untersuchen und dann auf Basis gesicherter wissenschaftlicher Erkenntnisse über die Wirksamkeit Empfehlungen für oder gegen die jeweiligen Behandlungsmethoden abzugeben. Sofern keine eindeutige Evidenz vorlag, wurden unter Heranziehung wissenschaftlich verlässlicher, teilweise auch kumulativer Datenerhebungen und langfristiger Verlaufskontrollen, Empfehlungen erarbeitet.

Die neue Leitlinie richtet sich an Ärztinnen und Ärzte, Behandelnde sowie Patienten und bietet ihnen ein umfassendes Werkzeug zur Diagnose und Auswahl von geeigneten Tinnitustherapien.

Für die Untersuchung des Tinnitus wird empfohlen, neben der ausführlichen audiologischen Diagnostik auch die Möglichkeit eines Hörverlusts zu berücksichtigen und die psychische Tinnitusbelastung sowie weitere Komorbiditäten zu erfassen.

Als wirksam werden vor allem die multimodale, kognitive Verhaltenstherapie, Methoden zur Angstvermeidung und Stressreduktion sowie Entspannungsverfahren, hörtherapeutische Maßnahmen, insbesondere Psychotherapie, und die Selbsthilfe eingestuft.

Zu folgenden Behandlungsoptionen liegen keine evidenzbasierten Therapien vor, daher konnte dafür in der vorliegenden Leitlinie keine Empfehlung ausgesprochen werden: Retraining-Therapie nach Jastreboff, elektrische Stimulation, Vagusnervstimulation, transkranielle Magnetstimulation, akustische Neuromodulation und andere invasive Behandlungen, Akupunktur sowie Soundtherapien mit veränderter Musik.

Eine Evidenz medikamentöser Behandlungen wurde nicht erkannt, ganz explizit wird von Gingkopräparaten, Melatonin und Nahrungsergänzungsmitteln abgeraten.

Weitere Informationen finden Sie hier: <https://doi.org/10.1007/s00106-019-0633-7>

Über die Deutsche Tinnitus-Stiftung Charité:

Die Deutsche Tinnitus-Stiftung Charité wurde im August 2011 als gemeinnützige Stiftung bürgerlichen Rechts errichtet. Von der Überzeugung getragen, dass Tinnitus und Hörstörungen bestmöglich therapiert werden müssen und dass gleichzeitig jeder Einzelne sehr viel tun kann, um sich selbst zu schützen, hat sich die Stiftung folgende Aufgaben gesetzt: Förderung der Forschung und internationalen Wissenschaftskommunikation, Prävention sowie Sensibilisierung der Öffentlichkeit für einen achtsamen Umgang mit dem Gehör. Die Stiftung erfüllt ihre Aufgaben durch Forschungsprojekte, durch Aufklärungskampagnen über die Risiken von Lärm und Stress sowie durch die Entwicklung von präventiven Maßnahmen.

Weitere Informationen zum Projekt und zur Stiftung **im Web:** www.deutsche-tinnitus-stiftung-charite.de.

Besuchen Sie die Stiftung **auf LinkedIn:** <https://www.linkedin.com/company/deutsche-tinnitus-stiftung-charite/>

Folgen Sie der Stiftung **auf Facebook:** <https://www.facebook.com/deuschetinnitusstiftungchariteberlin>

und **Instagram:** <https://www.instagram.com/fighttinnitus/>

Fragen zur Stiftung richten Sie bitte an:

Dr. Kurt Anschütz

Geschäftsführer Deutsche Tinnitus-Stiftung Charité

Luisenstraße 13, 10117 Berlin

Tel.: 030 85 73 26 86

E-Mail: anschuetz@deutsche-tinnitus-stiftung-charite.de

Für weitere Informationen zum Projekt:

united communications GmbH

Gunhild Flöter/Manfred Großert

Rotherstraße 19, 10245 Berlin

Tel.: 030 78 90 76 0

E-Mail: tinnitus@united.de