

## Tinnitus und die Behandlung in der chinesischen Medizin

### Ursachen

Meist treffen mehrere Belastungen zusammen:



**Objektive Ursachen:** mechanische Behinderung im Ohr, die durch Stetoskop nachweisbar ist, wie Ohrschmalzpfropf, Trommelfellperforation, Paukenerguss, Knalltrauma (Innenohrschädigung), Hörsturz; Morbus Meniere (Überdruck in der Endolymphbahn) u.a. sollte vor einer naturheilkundlichen Behandlung zuerst vom HNO-Arzt abgeklärt werden.

### Subjektiver Tinnitus.

Dieser Tinnitus spielt sich nur im Gehirn ab. Es ist nur ein Symptom. Seine Natur und Auswirkung kann man ähnlich wie einen Phantomschmerz beschreiben. Er ist von anderen schwer nachzuweisen

**Ursachen:** Stress, Gifte, Schwermetalle, Infektionen (Borreliose), Elektrosmog, Psyche

**Andere Ursachen:** Verspannungen, Kiefergelenksprobleme, Entzündungsherde : Zähne, Mandeln, Nasennebenhöhlen.

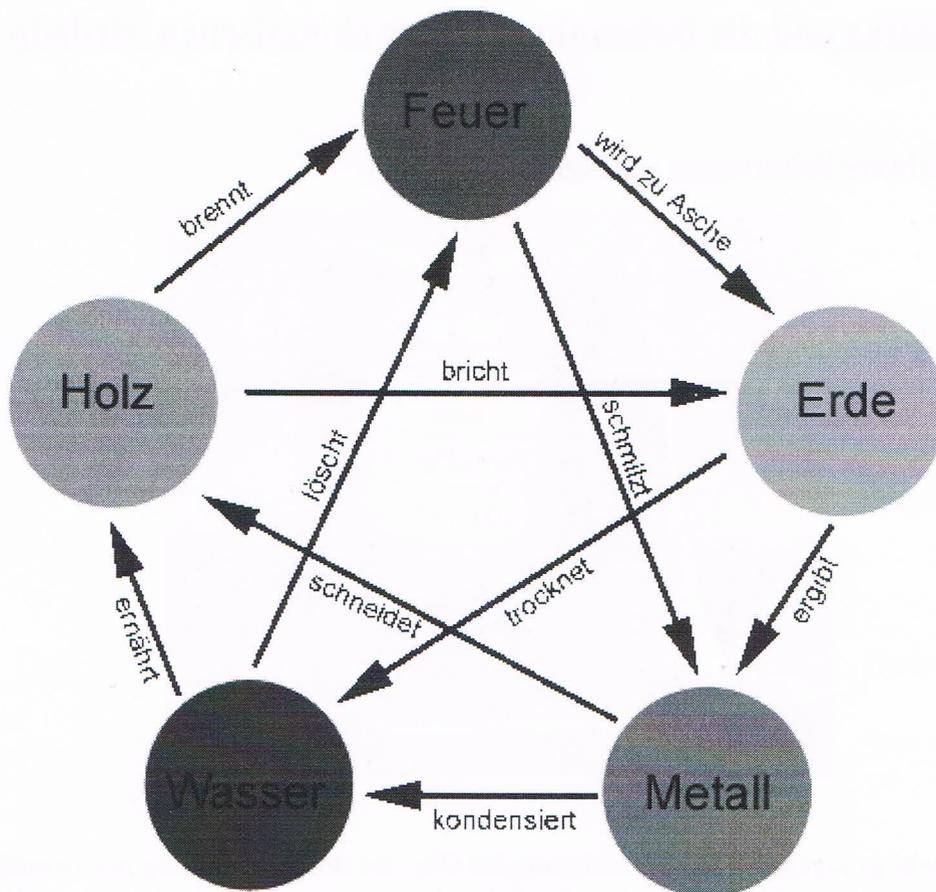
Es gibt keine Standardtherapie für Tinnitus. Meist ist es sinnvoll, mehrere Therapien miteinander zu kombinieren.

## Die Tinnitusbehandlung in der TCM

Es gibt 3 wichtige Aspekte der chinesischen Medizin:

1. Die universelle Lebenskraft, das „Qi“
2. Die zwei gegensätzliche Pole: Yin und Yang.  
Yin - Ruhe, Leere, Kälte, Yang - Bewegung, Fülle, Hitze,
3. Die Lehre von den 5 Elementen  
Die fünf Elemente sind :

Wasser (Niere/Blase), Holz (Leber/Galle), Feuer(Herz/Dünndarm), Erde (Magen/Milz-Pankreas) und Metall (Lunge/Dickdarm).



**Jedem Element ist noch je ein Sinnesorgan und ein pathogener Faktor (Umwelteinfluss) zugeordnet:**

Holz (Leber/Galle) – Augen (Sehen) - Wind  
 Feuer(Herz/Dünndarm) – Zunge (Sprechen) - Feuer  
 Erde (Magen/Milz-Pankreas) – Zunge (Schmecken) -Feuchtigkeit  
 Metall (Lunge/Dickdarm) - Nase (Riechen) - Trockenheit  
 Wasser (Niere/Blase) – Ohr (Hören) – Kälte

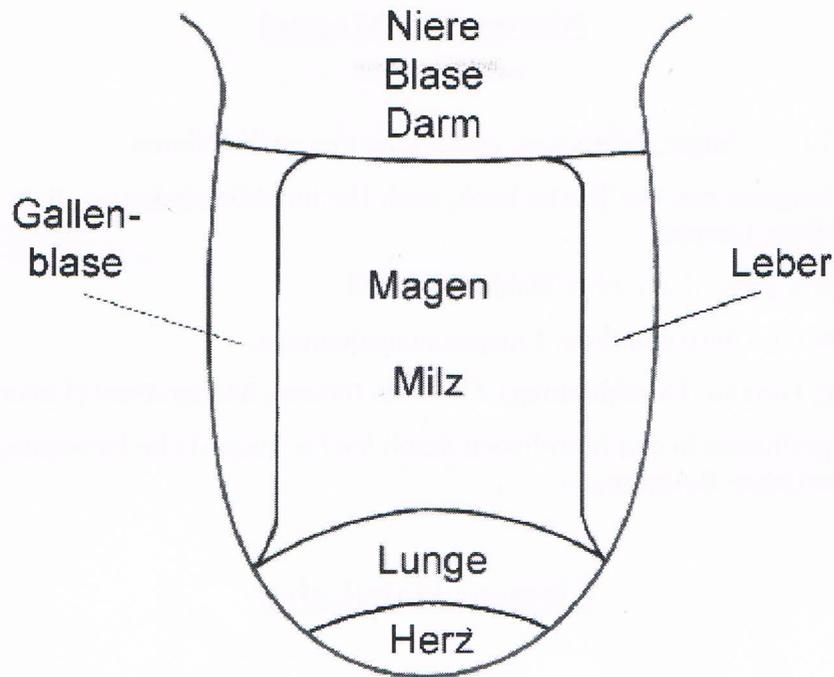
Die 5 Elemente sollten immer im Gleichgewicht sein. Ungleichgewicht im System bedeutet Krankheit.

### **Die Diagnose in der TCM**

**Anamnese:** Krankengeschichte ,frühere Erkrankungen , Art der Ohrgeräusche,Begleitbeschwerden. psychisches Befinden ,Lebensgewohnheiten

**Pulsdiagnose** : Frequenz, Regelmäßigkeit und Stärke der Pulse

**Zungendiagnose** In der Zunge spiegeln sich die einzelnen Organe wieder. Eine geschwollene Zunge bedeutet, dass zu viel Flüssigkeit gespeichert ist, ein dicker weißer Belag kalter Schleim, ein dicker gelber Belag heißer Schleim.



### Diagnose

Bei der **Diagnose** wird ermittelt, in welchem Funktionskreis die Störung überwiegt, auch kann es Überschneidungen geben. Es wird ermittelt, ob es sich um einen Fülle- oder Leerezustand, innere Kälte oder Wärme, ob innere Einflüsse (Emotionen) oder äußere Einflüsse (Umwelteinflüsse) verantwortlich waren und ob es sich um eine Yin- und Yang-Disharmonie handelt.

### Die Behandlung richtet sich nach dem Ungleichgewicht in dem jeweiligen Funktionskreis

#### Element Wasser/Niere

Die Niere öffnet sich in den Ohren, d.h. die Niere bzw. die Nieren-Essenz ist für gutes Hören verantwortlich. Die Niere ist Ausgangspunkt der Lebenskraft.

Der **Leere-Typ** beim Tinnitus ist meist auf eine **Nieren-Essenz-Schwäche** oder **Nieren-Yin-Schwäche** zurückzuführen.

#### Nieren-Essenz-Schwäche

**Tinnitus** : Beginn langsam, beidseitig, geringe Veränderlichkeit der Töne, meist tief und leise  
Oft Hochtonhörminderung und Altersschwerhörigkeit.

Oder einseitig, hochfrequent mit Hörverlust. (Hörsturz)

**Zunge:** häufig rot, belaglos, **Puls:** dünn

**Therapie:** , Kraftpotential sammeln, Schonung und Erholung,

**Akupunktur-** und besonders **Moxatherapie** bei Kältesymptomen. i

Individuell ausgetestete **Nahrungsergänzungsmittel**, die stärken, wie z.B. Eisen, Zink, Magnesium.

**Heilkräuter**, wie z.B. Gingko, Ginseng oder Goldrute, die die Durchblutung anregen.

## Nieren-Yin-Mangel

Bedrohung der Existenz, Angst, Schrecken, etwas ging uns an die Nieren

**Tinnitus:** Beginn langsam ein, der Ton ist hoch, auch Hochtonhörminderung, Schwindel, Schwerhörigkeit, Hitze, Unruhe

**Zunge:** rot, belaglos, **Puls:** dünn, oberflächlich, schnell

**Therapie:** Akupunktur, Ohrakupunktur, Entspannungsübungen.

**westliche Kräuter:** Gingko (Durchblutung), Goldrute (Niere), Mariendistel (Leber)

Stärkung des Energieflusses in den Meridianen durch leichte körperliche Bewegung (z.B. Qi Gong), keine starken körperlichen Belastungen

## Element Holz/Leber

**Leitprinzip:** Beschränkung von Freiraum - Holz bedeutet Dynamik und Wachstum

### Hauptaufgaben der Leber:

Die Leber sorgt für einen reibungslosen Qi-Fluss im Organismus, d.h. sie ist dafür verantwortlich, dass sämtliche Substanzen im ganzen Körper fließen.

Die Leber versorgt die Sehnen und manifestiert sich in den Nägeln. Funktioniert die Versorgung nicht, so kommt es zu Unbeweglichkeit, Steifigkeit, Verspannungen, brüchigen, dünnen Nägeln trockenem, glanzlosem Haar.

Die Leber ist zuständig für die Harmonie im Körper und harmonisiert die Emotionen. Bei Frustration und Enttäuschung stagniert das Leber-Qi.

## Leber-Qi-Stagnation

Es besteht eine gewisse Unzufriedenheit mit der Lebenssituation

**Tinnitus** ist meist einseitig, hochfrequent, pfeifend, zirpend, setzt plötzlich ein, Ohrdruck, Ohr fühlt sich wie Watte an Hörminderung selten, wenn, dann im Tieftonbereich

**Begleitsymptome:** Hyperakusis=Empfindlichkeit gegen laute Geräusche, Verspannungen, Gereiztheit, Unzufriedenheit

**Zunge:** rot, besonders an den Rändern, auch hochgewölbte Ränder,

**Puls:** saitenförmig, gespannt.

**Therapie:** Akupunktur, Ohrakupunktur gegen Verspannungen (hilft besonders gut im Frühstadium), Zink, Magnesium, Vitamin C, E

Autogenes Training, Meditation, Entspannungsübungen, (Muskelentspannung nach Jakobsen), Fußreflexzonenmassage zur Entspannung.

## Element Feuer/Herz

Das **Herz** hat in der TCM eine etwas andere Funktion wie in der Schulmedizin. Es umfasst die psychischen, intellektuellen und spirituellen Fähigkeiten des Menschen. Es öffnet sich in der Zunge und ermöglicht somit die Kommunikation. Wichtig für die Kommunikation ist auch das Hören und somit das Ohr. Die Harmonie zwischen Wasser (Niere) und Feuer (Herz) hängt von der Balance und das reibungslose Funktionieren der Ohren ab.

### Herz-Yin-Mangel

Das Herz-Yin kontrolliert den Gedankenfluss im Inneren. Der Patient kann an nichts anderes mehr denken als an die Ohrgeräusche und kann deshalb keine Freude mehr empfinden.

Es treten zusätzlich Schlafstörungen, Angst und Gereiztheit auf. Sein gesamtes Privatleben kann beeinträchtigt sein.

**Tinnitus** beidseitig, hochfrequent, es kann oft kein exakter Beginn angegeben werden, klirrendes Geräusch wie Fernsehtestbild.

**Allgemeinsymptome:** Herzklopfen, Gedächtnisschwäche, Schlafstörungen, Vergesslichkeit, Neigung zu Kopfschmerz

**Auslöser:** seelischer Stress, chronische Krankheiten, Blutverlust,

**Zunge;** rot, rote Spitze, ev, rote Punkte, Aphten

**Puls:** schwach, schnell

**Therapie:** Erstes Ziel ist, dass sich der Patient nicht mehr von dem Ohrgeräusch belästigt vorfindet. Aufmerksamkeit vom Kopfgeräusch ablenken, Wahrnehmung auf andere, positivere Dinge lenken, meiden von Stille, der Patient muss versuchen, das Ohrgeräusch zu akzeptieren

**Akupunktur:** beruhigende Punkte, die die Psyche stärken,

**Heilpflanzen:** Johanniskraut, Kava Kava, Baldrian, Passionsblume, Gingko, Ginseng

## Element Erde/Milz

**Milz:** Die Milz hat in der TCM eine andere Aufgabe wie in der Schulmedizin.

Sie ist zuständig für die Transformation von Nahrung in Energie und für den Transport und die Umwandlung von Flüssigkeiten..

Die Milz wird leicht durch Nässe geschwächt und so bei Transport und Umwandlung der Flüssigkeiten gestört. Folge sind dann Wasser- und Schleimansammlungen.

Die Milz wird ebenfalls geschwächt durch den seelischen Verlust der inneren Mitte, durch Grübeln, Gedankenkarussell bei festgefahrenen Lebensumständen.

**Schleim** bedeutet in der chinesischen Medizin Ansammlung von Überflüssigem.

## Milz-Qi-Mangel

Durch eine Resorptionsproblematik in der Milz kann durch ungünstige Nahrungsmittel (fettreich, Gebratenes, Knoblauch/Zwiebel mit tierischem Eiweiß und harter Alkohol) und unregelmäßige Ernährung Schleim entstehen.

Es besteht oft übermäßige geistige Aktivität bei mangelnder körperlicher Bewegung.

**Allgemeinsymptome:** Heißhunger auf Süßes, Blähungen, kalte Hände und Füße

**Ursache:** chronische Infektionskrankheiten, toxische Belastungen aller Art, (Borreliosegifte, Herderkrankungen, Zähne), zu kalte Mahlzeiten, kein vollständiges Aufschließen der Nahrungsmenge (mangelhafte Ernährung oder Mineralstoffverschiebungen der Endolympe)

**Tinnitus:** anfallsartig rauschend, Tinnitus mit Schwindel und Unwohlsein, Hörminderung im Tieftonbereich, Druckgefühl im Ohr, Magen-/Darmstörungen.

**Zunge** geschwollen mit dickem Belag, **Puls** langsam saitenförmig

**Therapieprinzip:** Schleim auflösen und die Milz stärken  
verdauungsfördernde Gewürze, wie Anis, Kümmel, Kardamon  
Schwarzkümmelöl zur Verdauungsförderung und gegen Allergien.

**Akupunktur:** Anwendung von Punkten, die Füllezustände (=Schleim) eliminieren und die Mitte stärken.

Ermittlung von **Lebensmittelallergien, Darmsanierung**

**Ausdauersport**, wie Walking, Radfahren,

## Element Metall/Lunge

Pathogene Faktoren: Wind, Kälte, Hitze, Feuchtigkeit, kann auch während einer schweren Erkältung auftreten.

Auch externe toxische Einflüsse, wie Medikamente mit ototoxischer Wirkung, Amalgam und andere Zahnmaterialien.

**Medikamente**, die Tinnitus auslösen können: Aspirin, Antibiotika, Antibabypille, Betablocker, Diuretika, Antidepressiva.

**Tinnitus:** beidseitig hochfrequent, Hochtonhörminderung, oder einseitig hochfrequent rauschend bei Mittelohrentzündung.

**Zunge:** Rötung vorne an den Rändern, **Puls:** oberflächlich, schnell

**Begleitsymptome:** Erkältungssymptome, eventuell Fieber, Schwitzen, Durst, oder wenig Schwitzen, Neigung zu Verstopfung

**Therapie:** Erkältung behandeln, Entgiftung, Entsäuerung, Darmsanierung, Prüfung auf toxische Zahnmaterialien

**Akupunktur** gegen Symptome von Mittelohrentzündung und Erkältungskrankheiten oder bei Vergiftung zur Anregung von Leber und Nieren. Akupunkturpunkte, die Schleim beseitigen.

**Bewegung** leichtes Ausdauertraining zur Stoffwechsellanregung