

## **OORSUIZEN (TINNITUS)**

---

FRANCISCUS GASTHUIS

## **Inleiding**

U heeft last van oorsuizen, ook wel tinnitus genoemd. Dit uit zich in het waarnemen van geluiden die niet van buiten komen en voor anderen niet waarneembaar zijn. Zo'n geluid kan in alle mogelijke vormen voorkomen: ruisen, piepen, fluiten, suizen, muzikale geluiden, hoog of laag, continu of afwisselend, hard of zacht. De oorzaak van tinnitus is vaak niet te achterhalen. Mogelijke oorzaken van tinnitus zijn een langdurige blootstelling aan lawaai, afwijkingen aan het gehoororgaan, de hersenen of het kaakgewricht. Ook kan tinnitus als bijverschijnsel van andere aandoeningen optreden of ontstaat het als bijwerking van bepaalde medicijnen. Uw behandelend specialist bepaalt met u of verder onderzoek naar behandelbare oorzaken bij u noodzakelijk is.

## **Onderzoek**

Uw behandelend specialist kan naar aanleiding van uw klachten bepalen welke vorm van onderzoek voor u noodzakelijk is. Vormen van onderzoek zijn:

### Inspectie van het oor

Uw uitwendig oor wordt beoordeeld door uw behandelend specialist. Ook kijkt deze naar uw gehoorgang, trommelvlies en middenoor.

### Beeldvormend onderzoek

Indien uw behandelend specialist het nodig acht kan een röntgenfoto, CT-scan of MRI- scan worden gemaakt.

### Gehoortesten

Tinnitus is meestal een vrij zachte toon, die voor u luid genoeg is om hinderlijk te zijn. Verschillende gehoortesten kunnen uitwijzen of het oorsuizen binnen of buiten uw binnenoor ontstaat.

### Bloeddruk meten

Wanneer u last heeft van een hoge bloeddruk dient onderzoek naar de eventuele oorzaak van uw hoge bloeddruk plaats te vinden.

## Neurologisch onderzoek

Uw behandelend specialist kan neurologisch onderzoek overwegen wanneer de oorzaak van tinnitus buiten uw binnenoor en evenwichtsorgaan ligt.

## **Behandeling**

De medische behandelmethoden van tinnitus zijn helaas nog beperkt en hangen nauw samen met de mogelijke oorzaak. De mogelijke oorzaak kan een ziekte zijn, oorsuizen kan dan verdwijnen wanneer de ziekte behandeld is. Vaak verdwijnt tinnitus niet, zoals wanneer het oorsuizen is ontstaan door lawaaibeschatiging of een hoge bloeddruk. Sommige patiënten hebben baat bij bepaalde medicijnen. Uw behandelend specialist kan u zonnodig een medicijn op proef voorschrijven. Onderzoek kan echter uitwijzen dat er medisch weinig tot niets voor u kan worden gedaan. U kunt dan wel zelf proberen de situatie te verbeteren door de volgende adviezen te gebruiken:

- Laat u informeren en vertel het uw omgeving: in publicaties en op websites vindt u veel informatie vinden tinnitus. Deze informatie kan u helpen te begrijpen wat tinnitus is en hoe u hiermee om kunt gaan. De Nederlandse Vereniging voor Slechthorenden beschikt over CD's met voorbeelden van tinnitusgeluiden. Vertel ook uw directe omgeving over uw aandoening.
- Zoek afleiding en ontspanning: spanning en stress zorgen vaak dat uw klachten erger worden. Afleiding en ontspanning helpen u omgaan met tinnitus.
- Deel uw ervaringen: de Nederlandse Vereniging voor Slechthorenden heeft een commissie Tinnitus en Hyperacusis, die de belangen behartigt van mensen met deze aandoeningen. U kunt via de commissie in contact komen met mensen die tinnitus hebben. Dit kan u helpen om zelf een manier te vinden om met tinnitus om te gaan.
- Medicatie: bij ernstige tinnitusklachten zijn gevoelens van angst, wanhoop en zelfs depressie begrijpelijk. Deze gevoelens kunnen echter het leren omgaan met tinnitus belemmeren. Medicijnen kunnen weliswaar niet de luidheid

van tinnitusgeluiden verminderen, maar kunnen u wel helpen beter te slapen en uw negatieve gevoelens onder controle te krijgen. Bespreek dit met uw behandelend specialist.

- **Hulpmiddelen:** wanneer u chronische tinnitus heeft, kunt u gebruikmaken van hulpmiddelen. Hiermee kunt u de aanwezige geluiden meer naar de achtergrond van uw bewustzijn verplaatsen. Overleg altijd met uw behandelend specialist of een Audiologisch Centrum over de aanschaf van dit soort hulpmiddelen.
- **Hoortoestellen:** hoortoestellen versterken het spraak- en omgevingsgeluid waardoor geluiden die ontstaan door tinnitus worden teruggedrongen. De effectiviteit van het hoortoestel hangt af van de ernst van uw tinnitus en de zwaarte van uw gehoorverlies.
- **Tinnitusmaskeerder:** dit apparaat maakt door middel van geproduceerde ruis bepaalde soorten tinnitus (met name hoge piepgeluiden) draaglijker. Bij sommige personen is hierdoor de spraak minder verstaanbaar. U kunt zelf het volume van de tinnitusmaskeerder instellen.
- **Tinnitusinstrument:** een tinnitusinstrument is een combinatie van een hoortoestel en een tinnitusmaskeerder. Het instrument is bedoeld voor mensen met een zwaar gehoorverlies. De gebruiker kan zelf de versterking van het toestel en het volume van de ruis instellen.
- **Tinnitusrevalidatie:** uw behandelend specialist kan u verwijzen naar een Audiologisch Centrum of geestelijke gezondheidszorginstelling voor gehoorrevalidatie en/of tinnitusrevalidatie. De revalidatieprogramma's zijn gericht op het leren omgaan met tinnitus.
- **Alternatieve geneeswijzen:** zowel voor reguliere geneeskunde als alternatieve geneeskunde geldt dat bij veel oorzaken van tinnitus weinig tot geen hulp kan worden geboden. Toch zijn er mensen, die na behandeling met alternatieve therapieën minder last hebben van hun tinnitus. De resultaten verschillen per persoon.

## **Organisaties voor informatie, hulp en begeleiding**

Voor dringende hulp of vragen over tinnitus kunt u gratis terecht bij het Tinnitusloket, het landelijk loket waar men op de hoogte is van alle hulp en begeleidingsmogelijkheden en u kan doorverwijzen. U bereikt het Tinnitusloket via telefoonnummer 0800 - 8466 4887.

### Nederlandse Vereniging voor Slechthorenden (NVVS)

Bij de NVVS zijn meerdere nuttige websitepagina's te bezoeken:

- [www.nvvs.nl/tinnitus](http://www.nvvs.nl/tinnitus);
- [www.nvvs.nl/medicijnen](http://www.nvvs.nl/medicijnen) (informatie over het effect van medicijnen op tinnitus).

### Federatie van Nederlandse Audiologische Centra (FENAC)

Meer informatie over audiologische centra vindt u op de site van de FENAC: [www.fenac.nl](http://www.fenac.nl).

## **Vragen**

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u op werkdagen telefonisch contact opnemen met de polikliniek Keel-, Neus- en Oorheelkunde.

Contact opnemen kan van 8.00 uur tot 12.30 uur en van 13.30 tot 15.30 uur, via telefoonnummers:

- 010 - 461 6222
- 010 - 461 6231

### Buiten bovengenoemde tijden

Buiten bovengenoemde tijden kunt u voor dringende vragen telefonisch contact opnemen met het Franciscus Gasthuis, via het algemene telefoonnummer 010 – 461 6161.