

Tinnitusmaskeerder

Dit apparaat, dat uiterlijk op een hoortoestel lijkt, produceert ruis en kan daarmee bepaalde soorten oorsuizen (meestal hoge pieptonen) draaglijker maken. Bij sommige mensen hindert de maskeerder echter het verstaan van spraak. De gebruiker kan zelf het volume van de ruis instellen.

Tinnitusinstrument

Dit is een combinatie van hoortoestel en tinnitusmaskeerder, bedoeld voor mensen met een slecht tot zeer slecht gehoor. De gebruiker kan zelf de versterking van het toestel en het volume van de ruis instellen.

Tinnitusrevalidatie

Als u veel last heeft van oorsuizen kan de KNO-arts u verwijzen voor gehoorrevalidatie en/of tinnitusrevalidatie naar een Audiologisch Centrum. Ook is bij diverse instellingen voor geestelijke gezondheidszorg tinnitusrevalidatie mogelijk. Revalidatieprogramma's zijn gericht op het leren omgaan met oorsuizen.

Alternatieve geneeswijzen

Er zijn veel oorzaken van oorsuizen waarbij de reguliere geneeskunde geen hulp kan bieden. Dit geldt ook voor de alternatieve geneeskunde, zoals b.v. homeopathie, acupunctuur en geluidstherapie. Toch zijn er mensen, die na behandeling met alternatieve therapieën, aanmerkelijk minder last hebben. Resultaten zijn en blijven echter zeer individueel.

Organisaties voor informatie, hulp en begeleiding

Tinnitusloket

Voor acute hulp of vragen kunt u gratis terecht bij het tinnitusloket, het landelijk loket waar men op de hoogte is van alle hulp en begeleidingsmogelijkheden, telefoon: 0800 - 84 66 48 87.

Nederlandse Vereniging voor Slechthorenden (NVVS)

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

- www.nvvs.nl/tinnitus
- www.nvvs.nl/forum/tinnitus (discussie- en informatieforum)
- www.nvvs.nl/medicijnen (informatie over het effect van medicijnen op tinnitus).

Audiologische Centra (FENAC)

Meer informatie over audiologische centra vindt u op de site van de FENAC: www.fenac.nl

Heeft u nog vragen?

Het is niet mogelijk om in deze folder alle details over oorsuizen te beschrijven. Als u nog vragen heeft of meer informatie wilt, neem dan contact op met de poli van de KNO-arts, telefoon: 0495 - 57 21 27

Deze informatie over tinnitus (oorsuizen) is in samenwerking met de NVVS gemaakt.



Oorsuizen Tinnitus

Poli KNO

U wilt meer weten over tinnitusklachten (oorsuizen) of u bent met deze klachten bij uw KNO-arts geweest. Mogelijk heeft u na dit bezoek nog vragen. Deze informatie is bedoeld om u meer over deze aandoening en mogelijkheden voor behandeling te vertellen.

Wat is tinnitus?

Veel mensen hebben last van oorsuizen of tinnitus. Zij horen geluiden zoals ruisen, piepen of fluiten, hoog of laag, hard of zacht, onafgebroken of bij vlagen. Maar behalve zichzelf kan niemand deze geluiden horen.

Oorsuizen komt bij ongeveer één miljoen Nederlanders voor.

Tien procent daarvan heeft hier veel last van en bij enkele tienduizenden mensen zijn de klachten zo erg dat dit psychosociale problemen veroorzaakt. Gelukkig weten we uit ervaring dat een heel groot deel van deze groep uiteindelijk met de klachten leert omgaan en weer kan functioneren in het maatschappelijke- en sociale leven.

Wat zijn de oorzaken?

De precieze oorzaak van oorsuizen is vaak niet te achterhalen.

Oorsuizen kan het gevolg zijn van langdurige blootstelling aan (te veel) lawaai, maar ook van afwijkingen aan het gehoororgaan, de hersenen of het kaakgewricht. Daarnaast komt het voor als bijverschijnsel van andere aandoeningen of ontstaat het als bijwerking van bepaalde medicijnen.

Uw KNO-arts zal met u bepalen of verder onderzoek naar mogelijk (behandelbare) oorzaken bij u nodig is.

Wat als medisch niets gedaan kan worden?

De medische behandelmogelijkheden van oorsuizen zijn helaas nog zeer beperkt en hangen nauw samen met de mogelijke oorzaak. Als onderzoek heeft uitgewezen dat medisch weinig of niets gedaan kan worden, betekent dat gelukkig nog niet dat geen behandeling mogelijk is!

Wat is dan wel mogelijk?

Wat u zelf kunt doen

Laat u informeren en vertel uw omgeving waar u last van heeft. In publicaties en op websites kunt u veel informatie vinden. Die informatie kan u helpen om te begrijpen wat oorsuizen is en hoe u ermee kunt omgaan. De cd met voorbeelden van tinnitusgeluiden, verkrijgbaar bij de NVVS, kan een hulpmiddel zijn.

Zoek afleiding en ontspanning

Uit ervaringen van mensen met oorsuizen weten we dat afleiding en ontspanning goed kan helpen in het omgaan hiermee. Probeer spanning en stress te vermijden dit verhevigt vaak de klachten! Ontspanningstechnieken kunnen hierbij helpen.

Deel uw ervaringen

Het helpt om te weten dat veel meer mensen last van oorsuizen hebben. Het kennismaken van hoe anderen ermee omgaan, kan helpen om zelf een manier te vinden om de klachten hanteerbaar te maken.

U kunt hiervoor terecht bij de NVVS-Commissie Tinnitus en Hyperacusis, die de belangen behartigt van mensen met tinnitus en hyperacusis (overgevoeligheid voor bepaalde geluiden). De commissie is samengesteld uit ervaringsdeskundigen en biedt informatie, geeft voorlichtingsbijeenkomsten, heeft een netwerk van telefonische contactpersonen en beheert een discussieforum op internet.

Medicatie

Gevoelens van angst, wanhoop en zelfs depressie zijn bij (ernstig) oorsuizen heel begrijpelijk, maar kunnen het ermee leren omgaan belemmeren. Medicijnen om uw negatieve gevoelens meer onder controle te krijgen en/of medicijnen om beter te kunnen slapen kunnen weliswaar niet de luidheid, maar wel de last die u ervaart, verminderen. Bespreek dit met uw KNO- of huisarts.

Hulpmiddelen

Bij chronisch oorsuizen kunt u gebruik maken van verschillende hulpmiddelen, waarmee u de aanwezige geluiden meer naar de achtergrond van uw bewustzijn kunt verplaatsen.

Overleg altijd met uw KNO-arts of een Audiologisch Centrum over de aanschaf van dit soort hulpmiddelen.

Hoortoestel(len)

Hoortoestellen versterken spraak- en omgevingsgeluid, waardoor het oorsuizen wordt teruggedrongen. De effectiviteit hangt af van de zwaarte van het gehoorverlies en de aard en ernst van de klachten.