

PRESSE-INFORMATION

Wenn jedes Geräusch schmerzhaft ist

Die unbekannte Krankheit: Hyperakusis

Frankfurt, 30. Juni 2011 – Die Dusche muss mit Handtüchern schallgedämpft werden, Geschirrkloppern verursacht körperliche Schmerzen, das Singen der Vögel stimmt einen nicht auf den nahenden Frühling ein, sondern ist eine einzige Tortur. Wer jegliches Geräusch als unerträgliche, körperlich schmerzhaft Belastung empfindet, leidet eventuell an Hyperakusis.

Hyperakusis ist eine nahezu unbekannte Krankheit. In Deutschland leiden derzeit ungefähr 500.000 Menschen an dieser Übersensibilität des Gehörs. Reaktionen des Erschreckens mit Zu- oder Abnahme des Blutdrucks, Herzjagen, Schweißausbrüche, Trockenheit des Mundes, Schmerzen – besonders im Ohren-/Kopfbereich: all dies sind Symptome, die auf eine Hyperakusis hinweisen können.

Damit die Krankheit Hyperakusis bekannter wird, hat die Hörakustik-Meisterin Gabriele Lux 2006 die Gabriele-Lux-Stiftung ins Leben gerufen, die sich mit Hyperakusis, Tinnitus und AVWS (Auditorische Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörung) beschäftigt.

Stifterin Gabriele Lux-Wellenhof hatte gute Gründe, hier aktiv zu werden: „Ich habe selbst an Hyperakusis gelitten – und war verzweifelt, weil es scheinbar keine Hilfe gab.“ Als Inhaberin von drei Hörgeräte-Studios hatte sie über Jahrzehnte mit Patienten Erfahrungen gesammelt. Daher war ihr klar, dass zu Hyperakusis, aber auch Tinnitus und AVWS deutlich mehr geforscht werden musste, um Patienten nachhaltig helfen zu können. „Vor allem müssen diese Krankheiten – insbesondere Hyperakusis – in der Öffentlichkeit bekannter werden. Die Betroffenen wissen häufig gar nicht, dass es hier durchaus Hilfe und Erleichterung, gibt“, erklärt Lux-Wellenhof.

Bei Hyperakusis werden bereits Umweltgeräusche von geringer Lautstärke, als außerordentlich belastend empfunden. Hohe oder laute Stimmen werden als unangenehm bis schmerzhaft geschildert. Unterhaltungen in größeren Gruppen, z. B. auf Familienfeiern, sind äußerst anstrengend, da es für die Betroffenen sehr schwierig bis unmöglich ist, einzelne Worte herauszuhören bzw. Gesprächen zu folgen.

„Natürlich ist auch der Berufsalltag betroffen: Wer an Hyperakusis leidet und beispielsweise mit mehreren Menschen in einem Raum arbeitet, wird binnen kürzester Zeit zermürbt“, schildert Lux-Wellenhof. „Krankschreibungen sind die Folge, oftmals der Verlust des Berufs.“

Das gesellschaftliche Leben nimmt bei manchen Menschen sogar so weit ab, dass sie sich kaum noch aus der Wohnung trauen. „Die wirtschaftlichen Schäden für die Allgemeinheit, die eine unerkannte und unbehandelte Krankheit verursacht, sind noch gar nicht eingerechnet“, ergänzt sie.

Parallel zur Stiftung eröffnete Gabriele Lux-Wellenhof im Zentrum Frankfurts das Hörakustik-Studio AKUSTIKA Spezial für Hyperakusis-, Tinnitus- und AVWS-Patienten. „Patienten, die zu uns kommen, haben häufig das allererste Mal in ihrem Leben das Gefühl, dass sie verstanden werden. Dass ich selbst an Hyperakusis gelitten habe, ist bei der Behandlung von immensem Vorteil. Ich kann mir nicht nur vorstellen, was Patienten fühlen – ich weiß es.“, erläutert sie.

Eine individuell abgestimmte Therapie sowie Kurse und Gruppentraining helfen den Betroffenen mit der Krankheit umzugehen. Herzstück der Behandlung der Geräuschüberempfindlichkeit ist der „Audiostimulator“. Durch ein leises und vom Benutzer einstellbares akustisches Angebot mit kontinuierlichem breitbandigem Rauschen helfen diese kleinen, hinter dem Ohr zu tragenden Geräte dabei, dass Geräusche als nicht mehr so störend empfunden werden.

„Der Stimulation des auditorischen Systems hilft vielen Patienten ruhiger zu werden“, freut sich Lux-Wellenhof. „Sie können abends besser einschlafen und durchschlafen. Damit steigt die Konzentrationsfähigkeit und die gesamte Lebenssituation des Patienten bessert sich. In 95 % aller Fälle fühlen die Patienten sich nicht mehr beeinträchtigt.“

Ausführliche Informationen über die Gabriele-Lux-Stiftung finden Interessierte auf www.gabriele-lux-stiftung.de. Wer sich genauer über Hyperakusis – aber auch Tinnitus und AVWS – informieren möchte, kann dies auf der Website www.ohrensausen.de.

Gabriele Lux-Wellenhof war von 1980 bis 2006 Inhaberin von drei Hörgeräte-Geschäften in Frankfurt am Main. 2006 rief sie die Gabriele-Lux-Stiftung ins Leben und gründete das Tinnitus- und Hyperakusis-Zentrum AKUSTIKA Spezial. Lux-Wellenhof hat mit verschiedenen in- und ausländischen Kliniken (z. B. in Bonn, Baltimore, Nottingham und Coles) zusammengearbeitet und diverse Studien begleitet. Sie ist Mit-Autorin des Buchs: „Tinnitus Retraining-Therapie. Die erfolgreiche Behandlungsmethode bei Ohrgeräuschen.“ (Hellweg, Lux-Wellenhof, Bühler. Irisiana-Verlag, München 2008, 3. Auflage).

Gabriele Lux Stiftung • Gabriele Lux-Wellenhof

Stephanstraße 18 • 60313 Frankfurt am Main
Telefon +49 69 21979696 • Fax +49 69 21979698
info@gabriele-lux-stiftung.de
www.ohrensausen.de • www.akustika-spezial.de • www.gabriele-lux-stiftung.de

Weitere Informationen/Pressekontakt

DÖRNER + KARBOWY • Kommunikation: Gesundheit. Soziales
Sabine Karbowy • +49 6190 889640 • karbowy@doerner-karbowy.de
Ludwig Hoos • + 49 171 5231723 • lh@ludwig-hoos.de
Hauptstraße 15 • 65795 Hattersheim am Main



Was ist Hyperakusis?

Bei Hyperakusis werden bereits Umweltgeräusche von geringer Lautstärke als außerordentlich belastend empfunden.

Es handelt sich dabei nicht nur um Feuerwehrensirenen, Kreissägen, Pressluftschlämmer oder ähnliche Geräuschquelle, die als unerträglich geschildert werden, sondern auch um alltägliche Geräusche im Haushalt wie Geschirrklopfen beim Ein- und Ausräumen der Spülmaschine, dem Schaben von Stühlen über den Boden, dem Staubsaugen, das Singen der Vögel oder das Quietschen von Kindern usw.

Auch Stimmen, die hoch oder laut sind, werden als unangenehm bis schmerzhaft geschildert. Situationen wie sie im ganz normalen gesellschaftlichen und sozialen Leben eines Menschen vorkommen, wie Unterhaltungen auf einem Geburtstagsfest oder bei einer Hochzeit oder Taufe etc., werden als sehr belastend geschildert. Zum einen, weil es sehr schwierig ist, die einzelnen Worte richtig herauszuhören, zum anderen weil die Lautstärke dieser Situationen sehr schnell unerträglich wird, die unter Umständen noch mit Musik und weiteren Hintergrundgeräuschen gekoppelt ist (z. B. Kaffeemaschine, Klimaanlage u.v.m.).

Starke Einschränkungen im täglichen Leben

Die Betroffenen sind häufig nicht mehr in der Lage, ein normales gesellschaftliches und berufliches Leben zu führen. Sie müssen in vielen Fällen krankgeschrieben werden oder sind zumindest nur beschränkt arbeitsfähig. Sie verlassen unter Umständen noch nicht einmal mehr das Haus. Dusche und Waschbecken müssen mit Handtüchern schallgedämpft, Teller mit Stoff unterlegt werden. Zu Autofahrten sind Hyperakusis-Betroffene meist nicht mehr fähig.

Tinnitus und Hyperakusis – eine häufige Kombination

In einer Schweizer Umfrage [QUELLE!!!] gaben 74 Prozent aller befragten Tinnitus-Patienten Hyperakusis als Begleiterscheinung an. Von den in Frankfurt am Main behandelten Tinnitus-Patienten haben 38 Prozent Hyperakusis. Dieses gemeinsame Auftreten hängt damit zusammen, dass bei Innenohrschäden der Lautstärkebereich, der zwischen Hörschwelle und Unbehaglichkeitsgrenze liegt („Dynamikbereich“), eingeengt ist. Bei Hyperakusis ist die Unbehaglichkeitsschwelle noch zusätzlich abgesenkt. Beide Krankheiten können aber auch unabhängig voneinander auftreten.

Mit der Hyperakusis nicht zu verwechseln ist die Phonophobie, ein psychischer Zustand, der von Angst vor bestimmten Geräuschen gekennzeichnet ist. Abgegrenzt werden muss die Diagnose „Hyperakusis“ auch immer gegen Misophonie.



Gabriele Lux-Wellenhof

Stifterin • Hörakustik-Meisterin • Inhaberin AKUSTIKA Spezial

Gabriele Lux-Wellenhof ist Gründerin der Gabriele-Lux-Stiftung und Inhaberin der AKUSTIKA SPEZIAL GMBH in Frankfurt am Main. In ihrem Hörakustik-Studio beschäftigt sie sich schwerpunktmäßig mit der Therapie von Tinnitus, Hyperakusis, AVWS und Schwerhörigkeit.

Beruflicher Werdegang

- 1972 bis 1978 Ausbildung zur Hörgeräte-Akustiker-Meisterin in Bonn und Lübeck
- seit 1980 selbstständige Hörgeräte-Akustikerin mit der Lux Hörgeräte GmbH (drei Geschäfte in Frankfurt – Zentrum, Bornheim und Höchst)
- seit 1996 Spezialisierung in der Tinnitus-Therapie auf die Tinnitus Retraining Therapie
- als Teilnehmerin und Vortragende seit 1996 Besuche von Seminaren, Symposien und Kursen im In- und Ausland (z. B. Frankfurt, Lübeck, Mannheim, Kassel; UK – Nottingham, London, Cambridge; USA – Baltimore, Miami, Chicago; CH – Zürich; A – Wien, Innsbruck)

Publikationen

Hellweg, Dr. med. Ch., Gabriele Lux-Wellenhof, Petra Bühler: *Tinnitus-Retraining-Therapie (TRT). Die erfolgreiche Behandlung bei Ohrgeräuschen*. Irisiana. München. 1998 (1. Aufl.) – 2008 (3. Aufl.).

Lux-Wellenhof, Gabriele: *Treatment history of incoming patients to the Tinnitus & Hyperacusis Centre in Frankfurt/Main*. In: Hazell, Jonathan (ed.): *Proceedings of the Sixth International Tinnitus Seminar* (1999). THC. London. S. 502-506 und 562-564.

Hellweg, Dr. med. Ch., Gabriele Lux-Wellenhof: *Long-term follow-up study of tinnitus retraining rehabilitation in Frankfurt/Main*. In: Patuzzi, R. (ed.): *Proceedings of the Seventh International Tinnitus Seminar* (2002). UWA. Nedlands. S. 277-279.

aktuelle Studie: *Abgrenzung von Tinnitusarealen, die in der Verarbeitung negativer Reaktionen bei klinisch relevantem Tinnitus beteiligt sind*. Studie gefördert von der Gabriele-Lux-Stiftung. Forscherteam Prof. Dr. med. W. Delb (AG Phoniatrie und Pädaudiologie, Universität Heidelberg), Prof. Jastreboff (Emory University, Atlanta, USA) et al. **JAHR?**

Mitgliedschaften

Gabriele Lux-Wellenhof ist u. a. Mitglied in folgenden nationalen und internationalen Fachorganisationen:

- Deutsche Gesellschaft für Audiologie (DGA) – www.dga-ev.com
- Deutsche Tinnitus Liga e. V. – www.tinnitus-liga.de
- American Academy of Audiology – www.audiology.org
- Bureau International d'Audiophonologie (BIAP) - www.biap.org

Sie engagiert sich ferner u. a. in folgenden sozialen und gesellschaftspolitischen Projekten:

- Sammeln und Aufarbeiten von gebrauchten Hörgeräten für bedürftige Kinder in Litauen
- Frankfurter Zukunftsrat e. V. – www.frankfurter-zukunftsrat.de
- ehrenamtliche Richtertätigkeit am Arbeitsgericht Frankfurt am Main



Frau F. aus G.

Neue Wege suchen – auch wenn sie weit sind!

„Hörsturz, Tinnitus und Hyperakusis überfielen mich gerade an meinem letzten Arbeitstag vor den Osterferien im April 2001. Es folgte ein Krankenhausaufenthalt mit Infusionen und eine Krankenschreibung von mehreren Wochen. Danach war über ein Jahr nur eine eingeschränkte Berufsausübung möglich. Doch das Krankheitsbild besserte sich nur wenig. Der Beruf als Lehrerin war sehr anstrengend, so dass nach etwa fünf Jahren noch massive Schwindelattacken zu den anderen Beschwerden hinzukamen.

2006 wurde ich erneut längere Zeit krank und musste gegen meinen Willen in den Ruhestand gehen, was erhebliche finanzielle Nachteile mit sich brachte. Im privaten Umfeld zog ich mich immer mehr zurück (Theater, Konzerte). Treffen mit Freunden wurden abgesagt, weil ich kaum etwas verstand, wenn der Geräuschpegel lauter wurde. Das machte mich zunehmend depressiv. Der Tinnitus, der sehr laut war, wurde auch mit alternativen Methoden (Akupunktur,TCM usw.) behandelt – das brachte aber nur geringe Linderung. Der Hörverlust auf dem betroffenen Ohr wurde immer größer, so dass schließlich das Verstehen von Sprache deutlich darunter litt. Ich sah und merkte, dass jemand sprach, verstand aber die Worte nicht mehr. Jetzt wurde die Situation immer bedrohlicher für mich.

Ich unterzog mich mehreren Behandlungen in meiner Heimatstadt – aber es trat keine durchgreifende Besserung ein. Oft wurde mir gesagt, ich müsse damit leben. Für mich waren die Krankheiten so gravierend, dass ich intensiv nach einer neuen Behandlungsmethode suchte.

In einem Radio-Vortrag hörte ich zufällig von den Behandlungsmethoden und -erfolgen des HNO-Arztes Dr. Hellweg in Frankfurt am Main. Schon nach dem ersten Besuch empfahl er mir, AKUSTIKA Spezial aufzusuchen, um seine Therapievorschläge umsetzen zu können. Dr. Hellweg und AKUSTIKA Spezial arbeiten eng zusammen.

Die verordneten Geräte (so genannte Noiser bzw. Audiostimulatoren) ermöglichten mir besseres Hören, die Hyperakusis wurde gemildert und der bis dahin unerträgliche Tinnitus wurde mit Hilfe des Audiostimulators erträglicher. Ich konnte nachts wieder besser schlafen. Inzwischen – nach fast drei Jahren Behandlung – ist der Tinnitus so weit gemildert, dass ich ihn oft gar nicht mehr wahrnehme. In schlechteren Phasen wird das Ohrgeräusch mit den Audiostimulatoren „in Schach“ gehalten.

Das Schöne: Wir können wieder mehr soziale Kontakte pflegen und auch Konzert- und Theaterbesuche sind wieder möglich – allerdings muss ich die Teilnahme an solchen Unternehmungen davon abhängig machen, ob Sitzplätze, die für mich geeignet sind, verfügbar sind.

Da die verschiedenen Krankheiten äußerlich als solche nicht sichtbar sind, darf man sich als Patient nicht überfordern. Die Umgebung darf nicht zu schnell „zur Tagesordnung“ übergehen. Rücksichtnahme bleibt erforderlich. Aber es hat eine deutliche Verbesserung meiner Lebensqualität gegeben. Leidensgenossen empfehle ich, dass sie sich nicht mit dem Satz: „Damit müssen Sie leben!“ begnügen dürfen, sondern selbst neue Wege zu suchen, auch wenn sie weit sind...“



Frau K. aus F.

Immer wieder drüber reden!

„Ich leide seit 1986 an Hyperakusis, Tinnitus und Schwerhörigkeit. Die Krankheit hat sich ausgesprochen stark auf meine sozialen Beziehungen ausgewirkt, da ich immer wieder eine Sonderstellung eingenommen habe und auch einnehmen muss. Ich kann zu Veranstaltungen nicht mitgehen, da diese zu laut sind – oder muss Veranstaltungen verlassen, eben weil sie zu laut geworden sind. Es ist ein ewiges Lavieren, immer muss ich um Rücksicht bitten. Meine Angehörigen waren zwar immer sehr rücksichtsvoll, standen aber der Situation auch immer recht hilflos gegenüber. Insbesondere die Hyperakusis zeigt sich sehr schwankend – da bekommt man leicht den Ruf „zickig“ zu sein.

Bevor ich zu AKUSTIKA SPEZIAL gekommen bin, hatte ich mich zwei Jahre lang einer Tomatisbehandlung in der Schweiz unterzogen. Bei AKUSTIKA SPEZIAL habe ich dann erstmals das Gefühl gehabt, mit meinen Problemen wirklich verstanden und angenommen zu werden. Das war als Basis für die Therapien ausgesprochen wertvoll.

Das Einspielen des „weißen Rauschens“ hat mir sehr gut getan und auch das Tragen der Hörgeräte. Gegen diese hatte ich anfangs meine Vorbehalte, weil ich mich zum Tragen von Hörgeräten noch zu jung fühlte – natürlich schwingt da auch ein bisschen Eitelkeit mit.

Insgesamt kann ich heute sagen, dass man sich mit dem Krankheitsbild, das ich habe, eine Nische im Alltag suchen muss – in der Familie, im Beruf, in der Freizeit. Man darf nie aufhören, die eigene Situation anzusprechen, um die Umgebung zu sensibilisieren, denn ansonsten sehe ich ja ganz normal aus und agiere auch ganz normal. Man sieht mir halt meine Behinderung nicht an, das geht dann im Umgang miteinander unter.

In den 15 Jahren, die ich jetzt bei AKUSTIKA SPEZIAL bin, hat sich schon vieles bei mir gelöst. Ich bin aus meiner Isolation herausgekommen, in der ich vorher gelebt habe, denn ich kannte niemanden, der diese Krankheit hatte – und das macht sehr einsam.“



Frau R. aus F.

Es geht eben nicht von alleine weg

„2009 habe ich, als ich nach dem Urlaub wieder arbeiten gegangen bin, erstmals Ohrgeräusche auf beiden Ohren bemerkt. Zuerst dachte ich, dass die Geräusche wieder von alleine weggehen würden.

Erzählt habe ich das niemandem – vor allem auch nicht meiner Familie, denn ich bin der Meinung, dass jemand, der das Problem nicht hat, auch nicht nachvollziehen kann, wie eingeschränkt man sich fühlt. Ich habe dann im folgenden Frühjahr Krankengymnastik, TCM mit Akupunktur, Schröpfen und Massage und Gymnastik zu Hause gemacht – aber die Geräusche wurden ein halbes Jahr später noch stärker. Also ging ich – da ich mittlerweile auch noch Ohrenschmerzen bekommen hatte, zu meiner HNO-Ärztin, die mich an AKUSTIKA SPEZIAL überwies.

Dort habe ich viel Wissenswertes über Tinnitus erfahren und Rauschgeräte bekommen. Durch die Rauschgeräte kann ich abends besser einschlafen und auch durchschlafen. Die Geräusche in meinen Ohren werden verdrängt. Ich hoffe sehr, dass ich irgendwann die Ohrgeräusche nicht mehr wahrnehme. Ein weiterer Vorteil der Rauschgeräte: Ich kann mich wieder besser konzentrieren und bin nicht mehr so schnell müde und erschöpft.

Für meine Angehörigen hat sich die Situation, nachdem ich mich besser gefühlt habe, nicht sonderlich verändert – ich hatte ihnen am Anfang der Krankheit ja nicht sonderlich viel erzählt. Meiner Meinung nach sollte man sich beim Auftreten der Ohrgeräusche umgehend in fachkundige Hände begeben. Aus heutiger Sicht habe ich persönlich zu lang gewartet. Ohne Hilfe der Fachleute kann der Tinnitus sehr leicht das tägliche Leben regelrecht „beherrschen“. Auch Angehörige, die mitbekommen, dass ein Familienmitglied an Tinnitus leidet, sollten dieses Familienmitglied daher möglichst schnell dazu drängen, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.“



Frau Sch. aus N.

Alles ist Lärm, alles macht mich krank

„Ich leide bereits seit 25 Jahren an Hyperakusis und habe seit ungefähr fünf Jahren einen Tinnitus. Zum Schluss habe ich jede Art Geräusch (Musik, sogar Gespräche, an denen weniger als drei Leute beteiligt waren, Besuche in Ausstellungen und Cafés etc.) als Lärm erlebt, der mich krank macht.

Was ich dagegen unternommen habe? Ich habe mich zurückgezogen und Stille gesucht. Ich habe unter so schweren psychosomatischen Störungen gelitten, dass ich arbeitsunfähig wurde. Durch einen HNO-Arzt wurde ich dann auf AKUSTIKA SPEZIAL aufmerksam. Durch die Therapie durch AKUSTIKA SPEZIAL bin ich im Augenblick beinahe beschwerdefrei. Ich beginne langsam aus der Isolation herauszugehen – Konzerte besuchen, Verabredungen mit Bekannten wahrnehmen etc. Dennoch bin ich nach wie vor am liebsten alleine.

Die Situation, in der man steckt ist schwer genug. Daher ist es sehr wichtig, wenn Angehörige Verständnis und Geduld zeigen und einen unterstützen.

Nach meiner Erfahrung ist es vor allem sehr wichtig, so früh wie möglich ärztliche Hilfe zu suchen.“



Frau D. aus F.

Ich weiß jetzt, wie ich den Tinnitus klein kriege!

„Ich habe seit einem Jahr Tinnitus. Nicht nur ich war betroffen, sondern indirekt meine ganze Familie, denn niemand wusste so genau, was da auf mich zukommt, was passiert. Das hatte zur Folge, dass ich immer nervöser und gereizter auf mein Umfeld reagiert habe.

Ich habe dann einen Hörtest gemacht – da fiel der Verdacht auf Schwerhörigkeit. Beim zweiten Hörtest kam dann heraus, dass ich eine bestimmte Frequenz nicht höre.

Meine HNO-Ärztin hat mich dann zu AKUSTIKA SPEZIAL geschickt. Durch die Therapie bei AKUSTIKA SPEZIAL hat sich mein Gesundheitszustand definitiv verbessert. Ich trage Audiostimulatoren und habe durch sie gelernt, meinen Tinnitus besser „wegzuhören“.

Für meine Familie und Freunde hat sich die Situation ebenfalls verbessert – alle sind entspannter geworden. Gleichzeitig wurden wir aber alle enger zusammengeschweißt. Sie haben Verständnis gezeigt und mir den Rücken gestärkt – das war für mich eine sehr wichtige und schöne Erfahrung.

Wenn mich jemand fragen würde, was er bei einem Tinnitus machen soll, dann würde ich immer sagen: ‚Lenken Sie sich viel ab!‘ Man sollte all das machen, was einem Spaß macht – Malen, Sport, Kino. Auf jeden Fall auf andere Gedanken kommen, denn das entzieht dem Tinnitus Aufmerksamkeit, man nimmt ihn nicht mehr (so stark) wahr.

Das war für mich auch das Wichtigste, was ich bei AKUSTIKA SPEZIAL in der Schulung über Tinnitus gelernt habe: Da ich jetzt weiß, was da mit meinem Gehör passiert, weiß ich jetzt auch, wie ich den Tinnitus klein kriegen kann!“