



Oorsuizen

Tinnitus

U bent bij de KNO-arts geweest in verband met oorsuizen. Deze folder informeert u over oorsuizen en daarbij behorende verschijnselen.

Wat is oorsuizen?

Onder oorsuizen (tinnitus) verstaat men het horen in het hoofd van geluiden die niet van buitenaf komen. Alle vormen van geluid worden beschreven, van windgeruis tot gierende fluitketels, bellen, brommen, fluiten, rinkelen en straaljagers toe. Vrijwel iedereen heeft wel eens kortdurend last gehad van oorsuizen. Bij sommigen is oorsuizen bijna continu aanwezig en dermate hinderlijk dat men in de dagelijkse bezigheden belemmerd wordt. Wat de oorzaak van oorsuizen is, blijft meestal onbekend. Oorsuizen begint meestal tussen het 45^e en 60^e levensjaar en kan zeer langdurig en soms levenslang aanwezig zijn.

Waar ontstaat oorsuizen?

Het lichaam produceert veel geluiden: het bloed stroomt, spieren spannen samen, het hart klopt en de darmen ruisen. Maar toch dringen deze geluiden zelden tot ons bewustzijn door. Hoe dat precies werkt weten we niet. Waarschijnlijk worden deze geluiden door omgevingslawaaï overstemd want astronauten, die in een volkomen geluidloze omgeving waren, hadden veel last van oorsuizen.

Als afwijkingen in het lichaam deze geluiden versterken, worden ze wel gehoord. Deze geluiden kunnen dan ook door anderen, eventueel met behulp van apparatuur, gehoord worden. Bijvoorbeeld:

- Stromend bloed, dat door een vernauwing in een bloedvat dicht bij het oor een ruisend of kloppend geluid geeft (hoge bloeddruk).
- Spastische trillingen van spiertjes in het middenoor of de keel, welke een meer ratelend geluid geven.
- Luchtwervelingen tussen het middenoor en de keelholte, die een suizend, knappend of borrelend geluid kunnen geven.
- Afwijkingen van het kaakgewricht, zoals slijtage, die een storend geluid bij kauwen geven.

In ongeveer 5% van de gevallen zijn lichaamsgeluiden de oorzaak van het oorsuizen. In de meeste gevallen is er echter geen geluidsbron die het oorsuizen veroorzaakt. Het geluid wordt dan alleen door de patiënt waargenomen.

Op zich kan oorsuizen ook bij gezonde personen zonder aanwijsbare oorzaak spontaan en kortdurend optreden. Meestal is oorsuizen een algemeen verschijnsel dat bij verschillende ziekten en afwijkingen kan optreden, zoals ook koorts door verschillende ziekten kan worden veroorzaakt. De hoor sensatie zou dan kunnen ontstaan in het oor (buitenoar, middenoor, binnenoar, gehoorzenuw) en hoofd.

Oorsuizen komt bij ongeveer één miljoen Nederlanders voor

Tien procent van de mensen met oorsuizen heeft er 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 oorsuizen leert omgaan en weer kan functioneren in het maatschappelijke en sociale leven.

Mogelijke oorzaken van oorsuizen

Oorsuizen is een verschijnsel dat bij veel aandoeningen optreedt. In veel gevallen wordt geen oorzaak gevonden.

Oorsuizen kan worden veroorzaakt door:

Afsluiting van de gehoorgang

Door bijvoorbeeld oorsmeer, water of een watje.

Beschadiging van het oor door een ongeval, ook na een 'hersenschudding'

Vooraf vlak na het ongeval kan het oorsuizen erg hinderlijk aanwezig zijn en meer opvallen dan het gehoorverlies. De oorzaak kan vrij onschuldig zijn in geval van bloed in de gehoorgang maar ook ernstiger bij beschadiging van trommelvlies en/of gehoorbeentjes. Een ernstige oorzaak is een schedelbasisfractuur, die het slakkenhuis of de gehoorzenuw beschadigd heeft.

Ontsteking van het oor bij griep en na een verkoudheid

Bij griep en verkoudheid raakt het slijmvlies ontstoken en zwelt op. Bij een niet goed functionerende buis van Eustachius zal daardoor onderdruk optreden in het middenoor. Als er te lang een onderdruk heerst kan zich uiteindelijk vocht gaan ophopen in dat middenoor, met gehoorverlies en oorsuizen tot gevolg.

Chronische middenoorontsteking

Chronische middenoorontsteking gaat vrijwel altijd gepaard met een vieze oor afscheiding en gehoorverlies.

Otosclerose

Bij otosclerose treedt abnormale botvorming in het oor op. Hierdoor vergroeit de stijgbeugel en ontstaat er ook gehoorverlies.

Plotselinge doofheid

Een enkele keer komt het voor dat iemand binnen enkele minuten tot uren doof wordt aan één of beide oren. Dit kan veroorzaakt worden door een (virale) ontsteking of een kleine bloeding in het slakkenhuis.

Medicijnen

Er zijn geneesmiddelen bekend waarvan het gebruik kan leiden tot schade van het binnenoor, zoals kinine, streptomycine en cisplatinum.

Hoge bloeddruk

Ouderdomsslechthorendheid (hardhorendheid)

Meer dan de helft van de mensen boven de 70 jaar ondervindt in het dagelijks leven last van ouderdomsslechthorendheid. Door slijtage van de zintuigcellen in het binnenoor worden met het toenemen van de leeftijd de hoge tonen steeds slechter waargenomen.

Ziekte van Ménière

Door deze aandoening in het binnenoor en evenwichtsorgaan ontstaan (in aanvallen) klachten van onder andere oorsuizen, gehoorverlies en draaiduizeligheid.

Lawaai

Vrijwel iedereen heeft zijn oren wel eens horen suizen of piepen door te veel geluid, zoals na een knal van vuurwerk, na bezoek aan een hedendaags concert of disco en na gebruik van boormachines. Na verloop van een korte tijd is het oorsuizen meestal niet meer waarneembaar en is de tijdelijke beschadiging weer hersteld. Bij herhaalde blootstelling aan te veel lawaai kan het oorsuizen echter blijvend worden, omdat er een definitieve beschadiging in het binnenoor is opgetreden. Bij een gehoortest is deze beschadiging dan als een geluidsdip meetbaar bij 4 tot 6 kHz.

Onderzoek

Uw verhaal over uw klacht (anamnese), brengt de oorzaak van de klacht vaak op het spoor. Hieruit kan uw KNO-arts opmaken welk onderzoek verder noodzakelijk is.

KNO-onderzoek kan bestaan uit:

Inspectie van het oor

Beoordeling van het uitwendig oor. Gehoorgang, trommelvlies en middenoor worden meestal met een microscoop beoordeeld.

Gehoortesten

Gehoortesten kunnen gedaan worden met een stemvork en met audiometrie (bepalen van gehoordrempel en eventueel beoordelen van spraak verstaan). Tevens kan hersenstamaudiometrie (een soort van hersenfilmpje van het oor) en tympanometrie (meten van spanning van trommelvlies en druk in het middenoor) verricht worden. Oorsuizen blijkt in decibels uitgedrukt meestal een vrij zacht toontje te zijn, maar voor de eigenaar luid genoeg om hinderlijk te zijn. Oorsuizen uit het binnenoor is overstembaar, oorsuizen buiten het binnenoor ontstaan is niet door geluid overstembaar.

Beeldvormend onderzoek

Zo nodig kunnen röntgenfoto's, een CT-scan of MRI-scan worden gemaakt.

Bloeddruk meten

Bij een te hoge bloeddruk dient onderzoek naar de eventuele oorzaak van de hoge bloeddruk plaats te vinden.

Evenwichtsonderzoek

Bij oorzaken buiten het binnenoor en evenwichtsorgaan dient neurologisch onderzoek te worden overwogen.

Behandeling van oorsuizen

Meestal komt de behandeling neer op het leren omgaan met het suizen. Als oorsuizen een bijkomend verschijnsel is, kan oorsuizen verdwijnen als de oorzaak of de onderliggende ziekte behandeld is. Soms verdwijnt het oorsuizen echter niet. U zult er in de loop van de tijd echter vrijwel altijd aan wennen. In de loop van de tijd is er veel onderzoek gedaan naar de werking van medicijnen tegen het oorsuizen. Helaas bestaat er momenteel nog steeds geen veilig geneesmiddel dat hinderlijk oorsuizen geneest.

Ook andere manieren van behandeling zijn geprobeerd.

Elektrische prikkeling van het oor heeft geen bewezen resultaat en zou het oor (verder) kunnen beschadigen. Het verwijderen van het binnenoor door middel van een operatie, waarmee natuurlijk ook het gehoor weggenomen wordt, blijkt op langere termijn weinig effectief te zijn. In meer dan de helft van de gevallen is het oorsuizen na een jaar weer teruggekeerd en is dan soms nog hinderlijker aanwezig dan voor de operatie.

De methode die nog de meeste verlichting kan geven is het maskeren van oorsuizen. Hierdoor wordt het oorsuizen door geluid van buitenaf overstemd, m.n. bij oorsuizen bij ouderdomsslechthorendheid. Dit kan door een gewoon hoortoestel, dat immers de natuurlijke geluiden van buitenaf versterkt en doorgeeft aan het oor, waardoor nogal eens het oorsuizen wordt overstemd (gehoorrevalidatie). Ook is het mogelijk het toestel zelf een geluid te laten produceren. Een heel zacht geluid, dat niet door omstanders wordt gehoord, kan al voldoende zijn om het oorsuizen te overstemmen. Niet iedereen heeft hier echter baat bij. Vervanging van het eigen suizen door een ander geluid van buitenaf wordt soms nog hinderlijker gevonden dan het eigen oorsuizen.

Omgaan met oorsuizen

De meeste mensen hebben in meer of mindere mate oorsuizen, zonder er hinder van te ondervinden. Ze horen het alleen als ze eraan denken, zoals in het geval van een tikkende klok in de kamer, die je alleen hoort als je eraan denkt. Als men zich aan geluid of aan oorsuizen gaat ergeren, nemen de klachten sterk toe. Een klein deel van de mensen voelt zich, door het plotselinge ontstaan ervan, door het oorsuizen overweldigd. Men wordt er het grootste deel van de dag en vooral de nacht onaangenaam mee geconfronteerd en dit belemmert de dagelijkse bezigheden. Een bijkomend probleem is het onbegrip van de omgeving. Gezinsleden, collega's en vrienden zien niets aan de patiënt wat op ziekte wijst, terwijl deze toch door het oorsuizen enorm gehinderd wordt.

Als blijkt dat het oorsuizen onschuldig is, zal geleerd moeten worden hoe deze last het beste gehanteerd kan worden. Omdat oorsuizen nooit de hele dag maximaal aanwezig is, moet nagegaan worden welke factoren een gunstige uitwerking hebben. Men zal moeten leren te accepteren dat de toename van het

hinderlijke oorsuizen een uiting kan zijn van lichamelijke en geestelijke vermoeidheid, maar ook van (kleine) psychische spanningen. Verder moet een manier gevonden worden hoe de momenten met suizen het beste genegeerd of overstemd kunnen worden. Op een gezellig feestje met geroezemoes, muziek en afleiding hoort men het suizen niet. Een ander hulpmiddel kan zijn: een zacht aanstaande radio bij het inslapen of mooie muziek, tijdens het lezen of studeren in stilte. In geval van bijvoorbeeld ouderdomsslechthorendheid kan bij het voeren van een gesprek een hoortoestel van nut zijn.

Acceptatie van het oorsuizen kan bevorderd worden door contact met andere mensen die aan oorsuizen lijden (via de Stichting Hoormij; kijk voor meer informatie op www.stichtinghoormij.nl). Uiteindelijk zal bij de meeste mensen gewenning aan het oorsuizen optreden. Het oorsuizen is weliswaar niet verdwenen, maar het geeft geen hinder meer.

Lukt het echter niet te leren omgaan met het oorsuizen kan uw KNO-arts u verwijzen naar het tinnitus-team van het audiologisch centrum (tinnitus revalidatie, www.fenac.nl).

Alternatieve geneeskunde zoals homeopathie, acupunctuur en geluidstherapie kunnen niet echte hulp bieden. Resultaten zijn zeer individueel.

Tot slot

Het is niet mogelijk om in deze folder alle details voor elke situatie te beschrijven. Het kan zijn dat u ondanks de uitleg van uw arts nog vragen heeft of dat u meer informatie wilt. Aarzel dan niet contact op te nemen met uw KNO-arts en om nadere uitleg te vragen.

Telefoonnummer polikliniek KNO (0475) 38 25 67.

Daarnaast bestaat het Tinnitus loket, een landelijk loket waar men van alle hulp en begeleidingsmogelijkheden op de hoogte is en u rechtstreeks kan verwijzen (gratis tel: 0800 84664887 en www.tinnitus.nl)

Voor meer informatie kunt u ook kijken op de website van de Nederlandse Vereniging KNO en Heelkunde www.KNO.nl

Laurentius Ziekenhuis
Mgr. Driessenstraat 6
(hoofdingang bereikbaar via de Oranjelaan)
6043 CV Roermond
www.lzr.nl

Patiëntencommunicatie Laurentius Ziekenhuis
34278720 - KNO - december 2023