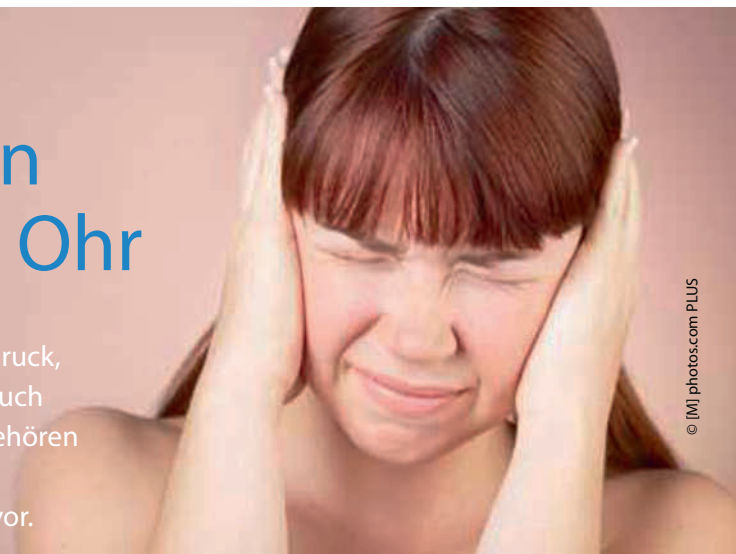


## Tinnitus

Nährstoffkombination  
gegen das Pfeifen im Ohr

Viele Patienten mit Tinnitus haben einen hohen Leidensdruck, sodass sie auf verschiedenste Methoden zurückgreifen, auch wenn deren Wirksamkeit nicht nachgewiesen ist. Dazu gehören auch Vitamine und Mineralstoffe. Nun liegt erstmals eine placebokontrollierte Studie zu einem Nährstoffpräparat vor.



© [M] photos.com PLUS

Die aktuellen Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde empfehlen bei akutem Tinnitus die Behandlung mit Rheologika und Glukokortikoiden [1]. Besteht der Tinnitus mehr als drei Monate, sollen keine Medikamente, sondern Verfahren wie Tinnitus-Counseling, Tinnitus-Retraining und kognitive Verhaltenstherapie zum Einsatz kommen [2].

Vitamine, Spurenelemente und Mineralstoffe sind in den Leitlinien bisher nicht erwähnt. Einige Untersuchungen deuteten jedoch darauf hin, dass bei Patienten mit Tinnitus möglicherweise ein erhöhter Bedarf an Mikronährstoffen und Antioxidanzien besteht [3]. Darüber hinaus wurde beobachtet, dass die Substitution mit Antioxidanzien einen Tinnitus verbessern kann [3]. Allerdings gab es bisher wohl keine wissenschaftlich fundierte Studie, die den Nutzen dieser Substanzen bei der Tinnitusbehandlung belegt [4]. Kritiker der orthomolekularen Medizin sind zudem der Meinung, dass eine Zufuhr von Mikronährstoffen in hohen Dosen mit Gesundheitsschäden einhergehen könnte, bei ausgewogener Ernährung keine Mangelversorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen vorliege und eine Supplementierung somit keinen Nutzen hätte.

**Nährstoffkomplex im Test**

In einer neuen Studie konnte nun ein Vorteil für die Nährstofftherapie mit Sonosan® gegenüber Placebo gezeigt werden [3]. Die Studie wurde vom Hersteller gesponsert und monozentrisch durchge-

führt. 64 Patienten, die seit drei bis zwölf Monaten unter Tinnitus in den Graden I oder II nach Biesinger litten, nahmen daran teil. Die Daten von 60 Patienten konnten ausgewertet werden. Alle Patienten hatten zwölf Wochen lang Sonosan® (täglich zwei Tabletten und zwei Kapseln) oder Placebo eingenommen.

Bei dem Verumpräparat handelt es sich um ein Nährstoffkonzept, dessen Komponenten auf Tabletten und Kapseln aufgeteilt sind. Die Tabletten enthalten den sogenannten Cytrilan®-Komplex, bestehend aus Tocotrienolen und Flavonen, darüber hinaus einen Extrakt aus der Schisandra-Pflanze, Magnesium, Niacin, die Vitamine A, B1, B2, B6, B12, D3, E, Folsäure und Zink. Die Kapseln enthalten L-Arginin und Coenzym Q10. Diese Inhaltsstoffe sollen einen positiven Effekt auf die Durchblutung der Cochlea des Innenohrs ausüben. Außerdem soll der Organismus in die Lage versetzt werden, freie Radikale besser zu neutralisieren [3].

**Leidensdruck verringert sich**

Um zu beurteilen, wie stark sich die Patienten durch den Tinnitus belastet fühlen, wurden der Fragebogen TQ12 und eine visuelle Analogskala herangezogen. Im TQ12 verringerte sich die Belastung nach der Einnahme der Nährstoffkombination über zwölf Wochen um 23% von 11,5 auf 8,9 Punkte und unter Placebo um 7% von 14,8 auf 13,8 Punkte ( $p = 0,0856$ ). Betrachtet man nur die Subgruppe der Patienten, die zu Beginn im TQ12 einen Gesamtscore unter 15 (von maximal 24) Punkten aufwiesen, dann ergab sich ein

statistisch signifikanter Vorteil für Verum im Vergleich zu Placebo ( $p < 0,04633$ ).

Auch auf den visuellen Analogskalen (VAS), auf der die Patienten ihre Tinnitusbelastung in den Bereichen Lautstärke, Belästigung, Stressbelastung, Kontrolle der Ohrgeräusche, Stimmung und Schlaf einschätzten, ergab sich eine Verringerung der tinnituspezifischen Beeinträchtigungen im Vergleich zu Placebo.

Bei der subjektiven Beurteilung des Therapieerfolgs durch den Arzt und die Patienten schnitt die Nährstofftherapie ebenfalls besser ab: Der Prüfarzt gab bei 53,8% der Patienten an, das Befinden habe sich „gebessert“ oder „etwas gebessert“, unter Placebo nur bei 33,4%. Auch 53,8% der Patienten, die die Nährstoffkombination eingenommen hatten, waren der Meinung, ihre Tinnitusbeschwerden hätten sich „gebessert“ oder „etwas gebessert“, in der Placebogruppe gaben nur 38,1% dieses Urteil ab.

Die Verträglichkeit des Präparats wurde in 95% der Fälle als „sehr gut“ und zu 5% als „gut“ bewertet. *Dr. Judith Neumaier*

**Literatur**

1. Deutsche Gesellschaft für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Kopf- und Hals-Chirurgie. Leitlinie Nr. 017/010: Hörsturz (Akuter idiopathischer sensorineuraler Hörverlust). 2010
2. Deutsche Gesellschaft für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Kopf- und Hals-Chirurgie: Leitlinie Nr. 017/064: Tinnitus. 2010
3. Bergmann U. Klinische Untersuchung zur Beurteilung der Wirksamkeit eines Nährstoffkonzeptes Sonosan® bei subakutem und akutem subjektivem Tinnitus. Submitted
4. Hesse G, Laubert A. Zur Pharmakotherapie des akuten und chronischen Tinnitus. HNO 2010; 58: 990–8