

## Zink gegen Tinnitus?

## Der Lärm im Ohr bleibt

**Berichte über eine Tinnitus-lindernde Wirkung von Zinktabletten konnte ein Cochrane-Review nicht bestätigen.**

— Mechanistisch wäre ein Effekt von Zink auf das Ohrensausen durchaus plausibel: Das Spurenelement kann im auditorischen System die Reizweiterleitung an glutamatergen Synapsen modulieren, dazu kommen antioxidative Effekte in der Cochlea. Schon vor 30 Jahren wurde postuliert, Zinkmangel könne zur Entstehung eines Tinnitus beitragen. Seitdem wurden zahlreiche Versuche unternommen, durch eine Supplementierung den Lärm im Ohr abzustellen. Bei einer Überprüfung nach wissenschaftlichen Standards ist die Behandlung jetzt aber durchgefallen. Ein Cochrane-Re-

view fand „keine Evidenz, dass die Symptome eines Tinnitus durch orale Zinksupplementation verbessert werden“.

Für ihre Analyse konnten die Autoren nur drei Studien finden, in denen der Nutzen von Zinktabletten randomisiert und placebokontrolliert untersucht worden war. Zusammen hatten 209 erwachsene Tinnituspatienten teilgenommen.

**Kein Vorteil gegenüber Placebo**

Der Schweregrad des Tinnitus war nur in einer der drei Studien mit einem validierten Instrument bestimmt worden. In der Cross-over-Studie mit 109 Patienten hatten mit Zinksupplementation ebenso wenige Patienten eine Besserung erfahren wie mit Placebo (5% vs. 2%). In den beiden anderen Studien war nach je-

weils achtwöchiger Therapie ebenfalls kein Unterschied in der Tinnitusaussprägung festgestellt worden. Die Lautstärke des Ohrgeräuschs, die in zwei Studien erfasst worden war, war unter Zink ebenfalls nicht stärker zurückgegangen als unter der Scheintherapie.

Zu anderen Behandlungsergebnissen wie Lebensqualität, Angst und Depression oder Veränderungen des Grenzwerts in der Reintonaudiometrie machten die Untersuchungen keine Angaben.

Immerhin waren unter Zink auch keine relevanten unerwünschten Wirkungen registriert worden, nur drei Patienten hatten u.a. über leichte Magenbeschwerden geklagt. ■ bs

▪ Person OC et al. Zinc supplementation for tinnitus. Cochrane Database of Systematic Reviews 2016, Issue 11

# Hier steht eine Anzeige.