



Herz und Kreislauf Durchblutung

Durchblutung ist Leben (Teil 2)

Schnelles Denken, intensives Wahrnehmen, gutes Erinnern

Wird die Mangel durchblutung durch eine erfolgreiche Behandlung behoben, können sich die geschädigten Nervenzellen erholen.

Das Blut bringt, weil es nun besser in den kleinsten Versorgungsgefäßen fließen kann, wieder mehr Sauerstoff und Nährstoffe zu den Zellen und schafft biochemische Abfallstoffe weg. Die Nervenzellen können darauf die Zellatmung und damit die Energiegewinnung sowie den Stoffwechsel steigern.

Ist das Gehirn wieder optimal durchblutet, verbessern sich mehr und mehr die geistigen, psychischen und vegetativen Funktionen. Der Mensch nimmt Informationen in seiner Umwelt schneller auf und kann mehr Informationen im Gedächtnis abspeichern.

Verbesserung der Durchblutung wichtig bei Schlaganfallgefahr

Eine Verbesserung der Durchblutung ist besonders dann wichtig, wenn die Gefahr eines Schlaganfalls bzw. Hirnschlages besteht.

Ein Schlaganfall ereignet sich dann, wenn die Nervenzellen im Gehirn unter so extremem Sauerstoffmangel leiden, dass die Energiegewinnung vollständig zusammenbricht und die Zellen auch einen minimalsten Stoffwechsel nicht mehr aufrechterhalten können.

Die häufigsten Symptome des Schlaganfalls

- Lähmungen
- Taubheit in bestimmten Körperbereichen
- Ausfall der Sprache oder des Sehens

In der Nachsorge nach einem Schlaganfall ist die Mangel durchblutung des Gehirns und der Sinnesorgane ein ständiges Problem.

Die unversehrten Nervenzellen müssen nun die Aufgaben der Zellen, die durch den Hirnschlag abgestorben sind, übernehmen. In dem Maße, wie das gelingt, kann der Betroffene seine verloren gegangenen Fähigkeiten wiedererlangen.



Doch können die unversehrten Nervenzellen nur dann mehr Leistung erbringen, wenn sie ausreichend mit Blut und Sauerstoff versorgt sind. Deshalb müssen, gerade bei bestehender Gefährdung oder in der Nachsorge eines Schlaganfalls beste Durchblutungsverhältnisse für das Gehirn geschaffen werden.

Ohrgeräusche, Hörminderung

Durchblutungsstörungen des Innenohres, der Gehörnerven und bestimmter Gehirnregionen können zu zwei weit verbreiteten Hörleidern führen:

- Zu Ohrgeräuschen bzw. Ohrensausen
- Zu einer Verminderung des Hörvermögens

Oft treten beide Hörleidern sogar zusammen auf. Zum Beispiel war Ludwig van Beethoven (1770 - 1827) nicht nur fast vollständig taub, sondern er litt auch schwer unter quälendem Ohrensausen.

Ähnlich erging es Friedrich Smetana (1824 - 1884), der große Teile seines Vermögens für die Behandlung seiner Taubheit und der zermürbenden Ohrgeräusche ausgab.

Tinnitus - Der Fachbegriff für Ohrgeräusche

Ohrgeräusche, Ohrensausen, Ohrenklingeln und ähnliche Beschreibungen von Geräuschen in den Ohren und im Kopf werden in der medizinischen Fachsprache „Tinnitus“ genannt (Lat. tinnire = klingeln).

Man vermutet, dass die Ohrgeräusche durch Fehlerregungen von Sinneszellen im Innenohr oder von Nervenzellen im Gehörnerv und im Gehirn entstehen. Diese Fehlerregungen sind wie falsche Signale, die von gestörten Sinneszellen oder Nervenzellen gebildet werden.

Ist eine derartige Fehlinformation erst einmal entstanden, wird sie auf dem normalen Weg weitergeleitet und im Gehirn verarbeitet. So kommt es, dass unter Ohrgeräuschen Leidende belästigende Gehörwahrnehmungen haben, obwohl in Wirklichkeit kein Schall existiert.

Wie kommt es zu den Ohrgeräuschen?

Zu Fehlerregungen in den Nervenzellen und Sinneszellen kommt es, wenn die Zellen geschädigt werden.

An erster Stelle sind Energiemangel und Stoffwechselstörungen der Gehörzellen und Nervenzellen für die Schädigungen verantwortlich.

Als häufigste Ursache für Ohrgeräusche werden daher Durchblutungsstörungen zusammen mit Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen und Diabetes angesehen.



Seltener sind Krankheiten, wie Gerinnungsstörungen, Entzündungen oder allergische Reaktionen, sehr starke Beschallung sowie Einwirkung von Stoffen, z.B. Alkohol, Nikotin und bestimmten Antibiotika, der Grund für die belastigenden Geräuschwahrnehmungen.

Wie werden Ohrgeräusche behandelt?

Die Therapie der Ohrgeräusche besteht daher, wie bei allen Durchblutungsstörungen, in einer gesunden Lebensweise und Vermeidung von Gefäßgiften:

- ausgewogene Ernährung
- Vermeidung von Stress
- sanfte, gleichmäßige Bewegung
- Aufgeben des Rauchens
- Kontrolle von Blutdruck, Blutzucker und Blutfettwerten

sind die wichtigsten Schritte bei der Vorbeugung und Behandlung von Mangeldurchblutungen. Zusätzlich werden durchblutungsfördernde Arzneimittel eingenommen.

Sie machen die roten Blutkörperchen weich und beweglich und verbessern dadurch die Sauerstoffabgabe an die Gehörzellen im Innenohr sowie an die Nervenzellen des Gehörnervs und im Gehirn. Weiterhin sollen sie der Verklumpung der roten Blutkörperchen und der Blutplättchen sowie der Blutgerinnung entgegenwirken und das Blutplasma dünnflüssiger machen.

Beruhigungsmittel zur Dämpfung der Fehlerregungen der Zellen sollten nach Möglichkeit vermieden werden. Sie unterdrücken nicht nur die Aktivität der gestörten, sondern aller Nerven- und Sinneszellen. Dies führt zu einer Verlangsamung der Denkprozesse, der psychischen Reaktionsgeschwindigkeit und der Wahrnehmungsvorgänge. Weiterhin besteht bei Einnahme von Beruhigungsmitteln die Gefahr der Dosissteigerung und Entwicklung einer Tablettenabhängigkeit.

Ohne gesundheitliche Risiken kann dagegen versucht werden, die Ohrgeräusche durch spezielle technische Geräte (Hörgeräte, Tinnitus-Instrument, Tinnitus-Masker) zu verdecken. Hilfreich ist auch jede Art von Entspannungstraining, wie autogenes Training oder Biofeedback.

Ohrgeräusche und Hörverminderung treten häufig gemeinsam auf

In vielen Fällen ist mit den Ohrgeräuschen eine Verschlechterung des Hörvermögens verbunden. Die Ohrgeräusche können sich sozusagen als Vorboten schon einige Zeit vor dem Beginn der Hörverminderung bemerkbar machen. Aber auch die umgekehrte Reihenfolge, dass sich zuerst die Hörverminderung ausbildet und später Ohrgeräusche hinzukommen, ist nicht ungewöhnlich.



Gesundheitshilfe informiert!

Überreicht von:

Patienteninformation der Deutschen Gesundheitshilfe

Eine Hörverminderung lässt sich in den meisten Fällen genau diagnostizieren. Der Hals-Nasen-Ohren-Arzt kann exakt bestimmen, wo die Störung liegen muss, welche Tonhöhen vermindert wahrgenommen werden und wie der Schweregrad des Ausfalls ist.

Dementsprechend lässt sich auch der Krankheitsverlauf bei Hörverminderung besser kontrollieren als bei Ohrgeräuschen.

Für die Ursachen und Behandlung der beiden Formen von Hörstörungen gelten die gleichen, oben genannten Grundsätze.

Wichtiger Hinweis: Diese Information gibt Hilfestellungen und Anregungen für Ihre Gesundheit. Sie kann und soll das Gespräch mit Ihrem Arzt oder Apotheker aber nicht ersetzen und ist insbesondere nicht als Anleitung zur unkontrollierten Selbstbehandlung gedacht. Für Diagnose und Therapie Ihrer Krankheiten ist grundsätzlich der Arzt zuständig. Verordnete Arzneimittel und Behandlungsmaßnahmen dürfen Sie auf keinen Fall ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt ändern oder absetzen. Lesen Sie vor einer Medikamenteneinnahme immer den Beipackzettel. Bei allen Fragen wenden Sie sich bitte stets an Ihren Arzt oder Ihre Apotheke.