

EINE AUSWAHL VON
 ÜBER 1'000 PRODUKTEN.



Der Feind in seinen Ohren



Dodo über seinen Tinnitus: «Ich habe meinen Feind zum Freund gemacht.» (Bild: Andrea Stalder/2016, Openair Frauenfeld)

GESUNDHEIT · Seit 22 Jahren hat Dodo keinen stillen Moment mehr erlebt. Der Musiker leidet an Tinnitus. Hörschäden sind unter Musikern weit verbreitet, aber ein Tabuthema.

01. Oktober 2017, 05:16

Melissa Müller

ANZEIGE:

In Dodos Sommerhit «Hippie-Bus» steckt eine Warnung: «Hippie-Bus/Die einzig Gefahr, wo besteht, esch Tinnitus./Well er pumpst das Volume/pumpt, pumpst das Volume/voll ume.» Der Musiker und Produzent weiss, wovon er singt: Er leidet seit 22 Jahren an Tinnitus.

Bei Konzerten tanzte Dodo als Besucher früher immer vorne mit, wo die Musik voll aus den Boxen schallt – in der Hoffnung, er könne auf die Bühne zu seinen Lieblingen. Das wurde ihm mit 18 Jahren zum Verhängnis. Nach einem Konzert in der Roten Fabrik der Gruppe Pharcyde, deren Hit «Runnin'» er noch heute

liebt, passierte es: Seither vernimmt er Tag und Nacht einen Piepstön «wie bei einem alten Fernseher». In beiden Ohren Dodos histete sich der Tinnitus ein. Ein Ton, der seinen unfreiwilligen Besitzer ein Leben lang begleitet – und manche Betroffene in den Wahnsinn treibt.

Tinnitus (lateinisch: tinnire = klingeln) ist eine Volkskrankheit. Fast jeder hat irgendwann einmal ein Rauschen im Ohr, etwa nach einem Konzert. Etwa 10 Prozent der Schweizer Bevölkerung leiden an einem chronischen Tinnitus. Auch etliche Prominente sind betroffen, wie der Berner Rockmusiker Hanery Ammann, Phil Collins, Noel Gallagher, Ozzy Osbourne, Sting, Heino, Hollywood-Beau Keanu Reeves und U2-Sänger Bono. In den 60ern und 70ern spielten die Rockhelden ohne Gehörschutz vor riesigen Lautsprechern.

Nicht immer ist wie bei Dodo laute Musik der Auslöser: Auch Stress, ein Schleudertrauma oder eine Mittelohrentzündung können das quälende Geräusch hervorrufen, das meist mit einem Hörverlust einhergeht. Für Dodo, der mit bürgerlichem Namen Dominik Jud heisst, begann mit der Erkrankung «die schwierigste Zeit meines Lebens». Vor dem Lärm im Kopf konnte er nicht flüchten. Drei Monate verkroch er sich zu Hause. «Ich bin fast durchgedreht. Dachte, es lohne sich nicht mehr zu leben.» Das Geräusch des Weckers versetzte ihn in Panik, auch das Quietschen eines haltenden Zugs ertrug er nicht mehr. Das Musikmachen, sein Ein und Alles, gab er auf, ebenso wie das Hockeyspielen, weil er das Geräusch nicht mehr ertrug, wenn der Puck gegen die Banden knallte.

Dodo unternahm alles, um den Feind in seinen Ohren auszuschalten: Er ging zu einem Schamanen, stopfte sich Bärlauch in die Ohren und liess sich mit Mozartmusik beschallen, der eine heilende Wirkung nachgesagt wird. Aber das lästige Piepsen blieb in seinem Kopf.

23000 Haarzellen bewegen sich wie ein Weizenfeld

Um den Tinnitus zu verstehen, muss man wissen, wie unsere Ohren funktionieren. Vom Aussenohr bahnt sich der Klang seinen Weg zum Trommelfell, das dadurch in Schwingung gerät. Das Trommelfell gibt die Schwingung im Mittelohr an die drei Gehörknöchelchen Hammer, Amboss und Steigbügel weiter. Sie leiten den Ton zur Schnecke im Innenohr. In der Schnecke bringt die Schwingung 23000 Haarzellen in Bewegung, die sich wie ein Weizenfeld im Wind bewegen. Hier werden Schallwellen in elektrische Signale umgewandelt, die das Gehirn dann als Töne und Geräusche wahrnimmt. Wenn die Haarzellen absterben, werden die Signale nicht mehr ans Gehirn gesendet, und das Gehör setzt aus.

Bei einem Tinnitus pflanzt sich das Pfeifen vom Innenohr ins Gehirn fort, hört aber nicht mehr auf und setzt sich dort für immer fest. Das Gehirn produziert belastende Phantomgeräusche, was für Musiker besonders irritierend ist. Dodo suchte einen Ohrenspezialisten auf. «Du musst dein Gehirn neu programmieren», sagte der Arzt. «Und den Pfeifton als Melodie betrachten, die immer bei dir ist.» Der Patient musste sich also mit dem ungeliebten Ton arrangieren, statt einen aussichtslosen Kampf gegen ihn zu führen.

Nackenmassagen, ein Brunnen und Wu Wei Zi

Viele Tinnitus-Therapien sind psychologischer Natur. Sie zielen darauf ab, dass der Pfeifton nicht zum Lebensinhalt werden darf. «Es gibt viele hilfreiche Tricks», sagt Hörakustiker Cornel Kammermann. Der Hobbymusiker hatte



ANZEIGE:



auch schon einen Tinnitus, der wieder verschwand. Damals linderte er sein Leiden mit cortisonhaltigen Medikamenten. Die Nebenwirkungen waren verheerend: «Ich konnte nicht mehr zwischen oben und unten

unterscheiden.» Mit Beschallung von leiser Musik gelang es ihm jedoch, sich vom Tinnitus abzulenken. Heute berät Cornel Kammermann Betroffene. In seiner neu gegründeten Firma Hör AG, Nägeli & Kammermann in St. Gallen haben er und Hansruedi Nägeli ein offenes Ohr für Fragen rund ums Gehör. Einem Kunden riet Kammermann etwa, seinen exzessiven Kaffeekonsum zu reduzieren, da Tinnitus mit Stress zusammenhängen kann. «Seit dieser Mann weniger Kaffee trinkt, ist sein Pfeifton leiser geworden.» Den einen helfe eine Nackenmassage, Akupunktur oder Craniosakral-Therapie, die anderen stellen einen Zimmerbrunnen ins Schlafzimmer, weil das Plätschern sie beruhigt und den Tinnitus etwas maskiert. «Auch Wu Wei Zi, ein Extrakt aus der chinesischen Heilmedizin, hat einen positiven Einfluss», fügt Hörakustiker Hansruedi Nägeli hinzu.

Dodo entschied sich nicht nur, den Tinnitus zu akzeptieren. Er beschloss auch, sich die Musik nicht nehmen zu lassen. «Ich habe trotzdem ein feineres, besser geschultes Gehör als die meisten», sagt der Produzent von Künstlern wie Nemo, Steff la Cheff und Lo & Leduc. Gerade hat der 40-Jährige sein eigenes Album «Pfingstweid» am Start. Bei Proben trägt der Zürcher einen otoplastischen Gehörschutz mit Klangfilter, den man bei Hörgeräteakustikern für rund 300 Franken individuell herstellen lassen kann. Dieser dämmt den Sound weniger als die gelben Schaumstoffpropfen. «Natürlich trage ich meinen Ohren Sorge; sie sind mein Arbeitswerkzeug. Wir Musiker finden es cool, wenn man sich etwas in die Ohren stopft.»

Das finden natürlich nicht alle. «Viele Musiker reden nicht über ihren Hörverlust, das ist für viele noch immer ein Tabu», sagt Beat Hohmann, Akustikexperte bei der Suva. Einer der ersten, der 2006 das Schweigen brach, war Pete Townshend, Kopf der Band The Who und auf einem Ohr völlig taub. Viele Klangzauberer genieren sich, wenn sie die Töne, die sie anschlagen, selbst nicht mehr in vollem Umfang hören können.

Die Ohren sind ihr Kapital

«Schon subtile Hörverluste sind für Musiker ein gravierendes Problem», sagt ETH-Ingenieur Beat Hohmann. Seit 1984 untersucht er bei der Suva die Auswirkungen von Schall auf Berufsmusiker in Orchestern. Sie sind besonders oft betroffen, wenn ihnen die Bläser mit voller Kraft in die Ohren blasen. Früher sagten Dirigenten: «Diese Musik ist so schön und wunderbar, dass man davon keinen Schaden bekommt», oder: «Wer diesen Schallpegel nicht aushält, ist kein guter Musiker.» Mit fatalen Folgen. Heute gehen die Meister des Taktstocks sensibler darauf ein, Schallschutzwände in Orchestern sind keine Seltenheit mehr, und die Musiker verwenden in lauten Passagen einen Gehörschutz.

Klassische Orchester müssen auf der Bühne eine hohe Lautstärke erzeugen. Popmusiker seien demgegenüber im Vorteil, sagt Beat Hohmann. Sie tragen bei Konzerten einen Funkhörer im Ohr. Der Tontechniker führt ihnen eine optimierte Soundmischung zu, sodass sie keinen infernalischen Lärm über sich ergehen lassen müssen. Dank der Technik haben sie die Lautstärke im Griff – auch Dodo. «Der Tinnitus ist mein Lehrer», sagt er. Was hat er ihm beigebracht? «Mach deinen Feind zum Freund. Umarme ihn.» Jeden Morgen meditiert er. Und der Tinnitus? «Der meditiert halt mit. Wie ein Mantra in meinem Ohr.»

Lesetipp: Broschüre «Musik und Hörschäden», herunterladen auf suva.ch/84001.d

LESERKOMMENTARE

Anzeige:



VELOÄRGER vor 9 Stunden

Kein Vortritt mehr fürs Velo



23 Kilo Bauch-Fett-weg

Mit Express Slim Tabletten! Aus Ihrer CH Apotheke!
[Jetzt risikolos bestellen.](#)



St. Gallen abgeklärt zum Sieg und mit einem Quäntchen Glück



Siemens: Erfolgs-Hörerät

Die Phonak-Hörsysteme sind schon jetzt ein riesiger Erfolg.
[Mehr lesen](#)



Risiken für Unternehmen

Oft unterschätzt: Die 5 größten Risiken für Ihr Business
[Allianz Business Insights lesen](#)



MELS 29.10.2017

Betrunken Unfall verursacht und anschliessend abgehauen

[Business Click](#)

NEUSTE ARTIKEL



DEUTSCHLAND 30.10.2017

Bremen entlässt Trainer Nouri



BUDGET vor 5 Minuten

Der St.Galler Stadtrat rechnet für 2018 mit einem Minus von knapp zehn Millionen Franken



ZEITSTUDIE 30.10.2017

Zwei von drei Erwachsenen sind oft gestresst



MENÜ
Schweiz



ARBEITSWELT

30.10.2017

Immer mehr Menschen bilden sich weiter

EINWINTERN

30.10.2017

Garten auf den Winter vorbereiten: Was ist zu tun?

SWISS INDOORS BASEL

30.10.2017

Federer: "In Basel will ich es speziell gut machen"

Schweiz International Wirtschaft Panorama Kultur Unfälle & Verbrechen Bilder Videos

OSTSCHWEIZ

St.Gallen Thurgau Appenzellerland

SPORT

Fussball FC St. Gallen Eishockey Hockey Thurgau Tennis Handball Ski alpin Weitere Resultate & Tabellen Liveticker

MAGAZIN

Wanderparadies Horoskop Gutes Bauen Ostschweiz Spiele

AGENDA & KINO

Agenda Kino

MARKTPLÄTZE

Marktplätze Abopius Immo Jobs Trauer

Kontakt Impressum Unternehmen Inserate Abo Partnersites AGB

NACH OBEN