

“Oorsuizingen kun je zoals een spinnenfobie behandelen”

250.000 euro voor baanbrekend onderzoek naar behandeling tinnitus

HEERLEN - “De ene heeft oorsuizingen met de sterkte van een straaljager maar heeft daar geen enkele last van, iemand anders hoort niet meer dan het ruisen van de zee en is daar helemaal kapot van.” Niet de sterkte van oorsuizingen maar de mate waarin patiënten die als bedreigend ervaren, bepaalt of er klachten optreden, zegt de Heerlense doctor in de psychologie Rilana Cima. Voor haar baanbrekende onderzoek naar tinnitus heeft ze de zogenaamde Veni-beurs ter waarde van 250.000 euro gekregen.

Joos MEESTERS

Een keer zonder oordopjes naar een luid rockconcert kan genoeg zijn. Tinnituspatiënten moeten door het leven met een permanent fluit- of pieptoon in hun oren. Toch zijn oorsuizingen lang niet altijd het gevolg van gehoorschade, zegt Rilana Cima (39), als onderzoekster verbonden aan het Nederlands-Limburgse kenniscentrum Adelante, de Universiteit Maastricht en de KU Leuven. “Waarschijnlijk heeft tinnitus te maken met veranderingen in het brein”, zegt Cima. “Sommige breinactiviteit wordt waargenomen als een permanent geluid. Geschat wordt dat een op de twintig westerlingen tinnitus waarneemt. Maar 95 procent ervaart het niet als last en gaat dus niet naar de dokter.”

Dreiging

Voor de overige 5 procent kan het fantoomgeluid hun leven tot een hel maken. “Je zou verwachten dat tinnitus meer klachten oplevert naarmate het geluid luider klinkt. Maar uit onderzoek blijkt dat dat niet noodzakelijk het geval is. We weten ook dat klachten kunnen toenemen of verminderen zonder dat er iets aan het geluid verandert. De hypothese voor mijn onderzoek is dan ook dat het niet aan het geluid zelf ligt, maar hoe dat ervaren wordt”, zegt Cima.

Angst is daarbij een cruciale factor. “Mensen die onbewust de link gelegd hebben tussen tinnitus en dreiging hebben veel meer last van de aandoening. Kijk, als ik over straat loop en een sirene hoor, kan ik dat niet negeren. Mijn veronderstelling is dat hun tinnitus hetzelfde effect heeft op mensen met chronische klachten. Ze willen vluchten, maar dat kan natuurlijk niet want het geluid zit in hun hoofd. Op den duur kunnen ze aan niets anders denken en gaat de kwaliteit van hun leven eronder lijden.”

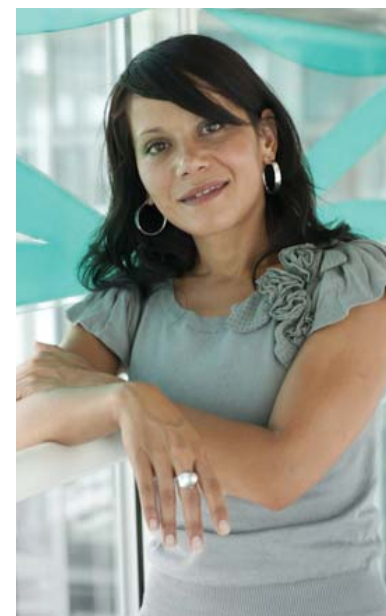
Bed

Bij Adelante hebben Rilana Cima en haar collega's goede resultaten geboekt bij het behandelen van tinnituspatiënten. “Tinnitus is een beetje vergelijkbaar met een spinnenfobie. Mensen die extreem bang zijn voor spinnen zullen alles doen om de beesten te vermijden. Maar om hun angst te overwinnen moeten ze net de confrontatie aangaan. Zo gaan tinnituspatiënten ook al het mogelijk doen om het fantoomgeluid te verdoezelen. Ze zetten de radio aan, proberen de hele dag actief te zijn. Maar 's avonds in bed slaat het geluid des te harder toe. In de gedragstherapie die wij aanbieden, stellen we de patiënten net bloot aan hun oorsuizing. We leren ze luisteren naar hun tinnitus en dan zie je dat de grote emotionele reacties na

verloop van tijd uitblijven.” Hoe dat precies komt, willen Cima en haar team achterhalen met nieuw onderzoek, waarvoor

de Nederlandse Organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek 250.000 euro heeft toegekend. “Door patiënten te volgen en ex-

perimenten te doen willen we nagaan welke mechanismen maken dat een klacht hinderlijk wordt en hoe je dat kunt terugdraaien. In het beste geval komen we in de toekomst tot een soort van tinnitusprofiel waarbij we kunnen bepalen welke behandeling voor welke patiënt gaat werken.” Het onderzoek gaat in januari 2016 van start.



Psychologe Rilana Cima. FOTO HBVL