



## Oorsuizen

### **Wat is oorsuizen?**

Oorsuizen is het horen van een suizend of ruisend geluid in beide oren of in het hoofd die niet voor andere mensen te horen is.

### **Hoe wordt oorsuizen ook wel genoemd?**

Vaak horen mensen een suizend geluid in een of beide oren, vandaar het woord oorsuizen.

#### *Tinnitus*

Het medische woord voor oorsuizen is tinnitus.

#### *Pulsatief of niet pulsatief*

Er wordt vaak onderscheid gemaakt tussen oorsuizen in het ritme van de hartslag (dit wordt pulsatief oorsuizen genoemd) of los van de hartslag (dit wordt niet pulsatief oorsuizen genoemd).

#### *Fantoomgeluid*

Soms wordt het woord fantoomgeluid gebruikt. Fantoom geeft aan dat er een geluid gehoord wordt die niemand anders kan horen. Oorsuizen is een vorm van een fantoomgeluid. Een andere vorm van een fantoomgeluid zijn auditieve hallucinaties.

#### *Auditieve hallucinaties*

Oorsuizen is iets anders dan auditieve hallucinaties. Bij oorsuizen gaat het om een geluid zonder betekenis. Mensen die last hebben van auditieve hallucinaties horen geluiden die een betekenis hebben zoals stemmen van andere mensen of muziek, maar die niet voor andere mensen te horen zijn.

### **Hoe vaak komt oorsuizen voor bij kinderen?**

Het is niet goed bekend hoe vaak oorsuizen voorkomt bij kinderen. Oorsuizen komt veel vaker voor bij volwassenen dan bij kinderen. Geschat wordt dat in Nederland één op de 5 tot 15 volwassenen ooit in meer of minder mate enige tijd last heeft (gehad) van oorsuizen.

### **Bij wie komt oorsuizen voor?**

Oorsuizen kan zowel op de kinderleeftijd als op volwassen leeftijd voorkomen. De kans dat een persoon last krijgt van oorsuizen neemt toe met de leeftijd. Mensen ouder dan 60 jaar hebben vaker last van oorsuizen, dan mensen onder de leeftijd van 60 jaar en kinderen. Al zijn er steeds meer aanwijzingen dat oorsuizen ook op jongere leeftijd voorkomt, als gevolg van gehoorschade die opgelopen wordt door jongeren.

Zowel jongens als meisjes kunnen last hebben van oorsuizen.

### **Wat is de oorzaak van het ontstaan van oorsuizen?**

#### *Niet goed bekend*

De oorzaak van het ontstaan van oorsuizen is niet goed bekend.

#### *Gehoerverlies*

Oorsuizen is vaak het gevolg van gehoorverlies. Kinderen en volwassenen die last hebben van gehoorverlies hebben een grotere kans last te krijgen van oorsuizen. Er bestaan verschillende oorzaken waardoor gehoorverlies kan ontstaan, zoals herhaalde oorontsteking, een ontsteking van de gehoorzenuw (neuritis vestibularis), een cholesteatoom, gehoorschade door te harde



geluiden (via oordopjes of bij concerten), een hersenschudding door een ongeval, een operatie aan de oren, een operatie, een erfelijke ziekte die zorgt voor het ontstaan van gehoorverlies of een schwannoom in de brughoek.

## *Medicijnen*

Gehoorverlies en oorsuizen kan ook het gevolg zijn van het gebruik van bepaalde medicijnen (chemotherapie, bepaalde antibiotica)

## *Verandering in de hersenen*

De geluiden die de oren waarnemen worden via zenuwbanen naar de hersenen toegeleid. Wanneer de geluiden daar verwerkt worden, zijn we in staat om te horen wat voor geluid we horen en wat dit geluid betekent. Gehoorverlies zorgt er voor dat de hersenen zich moeten aanpassen aan het minder goed binnen komen van geluiden in de hersenen. De gedachte is dat de aanpassingen van de hersenen maakt dat er een nieuw geluid gehoord wordt in het hoofd die in de hersenen ontstaat en niet via het oor zelf is waargenomen.

## *Hoge bloeddruk*

Het hebben van een hoge bloeddruk kan ook zorgen voor het ontstaan van oorsuizen.

## *Verhoogde druk in de hersenen*

Ook kan een verhoogde druk in de hersenen, bijvoorbeeld door een idiopathische intracranieële hypertensie (IIH) zorgen voor het ontstaan van oorsuizen. Vaak zijn er naast het oorsuizen ook problemen met zien en hoofdpijnklachten.

## *Bloedvat*

Wanneer het oorsuizen in hetzelfde tempo gaat als de hartslag, kan het oorsuizen worden veroorzaakt door een afwijkend bloedvat (vaatmalformatie) in de buurt van het oor.

## *Spielen*

Bij kinderen of volwassenen die een meer klikkend geluid horen, kan het geluid worden veroorzaakt door spieren die aanspannen en ontspannen, zoals bijvoorbeeld bij een palatum myoclonus.

## **Welke klachten veroorzaken oorsuizen?**

### *Suizend geluid*

Oorsuizen zorgt voor een suizend of ruisend geluid dat gehoord wordt in een oor, in beide oren of meer in het hoofd. Er zijn ook mensen die een meer zoemend of fluitend geluid horen. De luidheid van het geluid kan wisselen van zacht naar hard, van scherp naar dof.

### *Eind van de dag en stille omgeving*

Vaak valt oorsuizen meer op aan het eind van de dag en in een stille omgeving. In een omgeving met veel geluiden, valt het oorsuizen bij een groot deel van de mensen weg in de omgevingsgeluiden.

### *Geen hinder*

Een groot deel van de kinderen en volwassenen merkt het oorsuizen op, maar heeft er verder in het dagelijks leven geen last van.



## *Storend*

Een klein deel van de kinderen en volwassenen vindt het oorsuizen heel storend, het leidt hen af bij allerlei dagelijkse activiteiten. Ook kan het oorsuizen extra energie kosten, waardoor kinderen en volwassenen sneller vermoeid zijn. Een deel van de kinderen en volwassenen merkt dat zij meer prikkelbaar reageren als gevolg van het oorsuizen. Kinderen en volwassenen kunnen door het oorsuizen meer moeite hebben om zich te concentreren op school of werk.

## *Problemen met slapen*

Een deel van de kinderen en volwassenen heeft door het oorsuizen moeite om in slaap te vallen in de avond of wanneer ze wakker worden tijdens de nacht. Slaapgebrek kan maken dat kinderen en volwassenen zich meer moe voelen, minder aandacht en concentratie hebben, meer prikkelbaar zijn en ook meer last hebben van oorsuizen.

## *Stress*

In een stressvolle periode neemt het oorsuizen vaak toe. In een rustigere periode kan het oorsuizen weer afnemen of helemaal verdwijnen. Het oorsuizen zelf kan ook zorgen voor meer stress.

## *Somberheid*

Aanhoudend oorsuizen kan zorgen voor een somber gevoel. Soms gaat dit sombere gevoel over in een depressie.

## *Onbegrip*

Het oorsuizen en de invloed die dit oorsuizen heeft op een kind of een volwassene is voor anderen niet waar te nemen. Een deel van de kinderen en volwassenen voelt zich niet begrepen door mensen uit hun omgeving.

## **Hoe wordt de diagnose oorsuizen gesteld?**

### *Verhaal en onderzoek*

De diagnose oorsuizen wordt gesteld op grond van het verhaal van een kind of volwassene die aangeeft een suizend of ruisend geluid in de oren te horen. Het is belangrijk om de bloeddruk te meten, om te beoordelen of een hoge bloeddruk de oorzaak kan zijn van het oorsuizen. Omdat oorsuizen vaak wijst op gehoorverlies, zal er vaak een gehooronderzoek plaats vinden, om te beoordelen of hier sprake van is en waarom hier sprake van is.

### *Vragenlijst*

Er bestaat speciale vragenlijst om die kunnen helpen om de mate van oorsuizen vast te leggen. Deze kunnen dan gebruikt worden om te beoordelen of een behandeling geholpen heeft om het oorsuizen minder te maken. Veel gebruikte vragenlijsten zijn de Tinnitus Questionnaire (TQ) en de Tinnitus Handicap Inventory (THI)

### *KNO-arts*

Kinderen met oorsuizen, worden meestal een keer gezien door een KNO-arts om te kijken of er in het oor of middenoor een aanleiding is voor de aanwezigheid van gehoorverlies. Meestal zal de KNO-arts ook het gehoor testen om te kijken of er sprake is van een verminderd gehoor. De KNO-arts kan zo beoordelen of er sprake is van zogenaamd geleidingsverlies of van perceptief gehoorverlies. Beide vormen van gehoorverlies kennen hun eigen oorzaken.



## *MRI scan*

Wanneer er aanwijzingen zijn voor perceptief gehoorverlies zonder dat de oorzaak bekend is, kan een MRI scan van het oor en de hersenen gemaakt worden om te kijken of er een afwijking aan de gehoorzenuw te zien is, bijvoorbeeld een schwannoom. Bij geleidingsverlies zal het niet nodig zijn om een MRI-scan te maken. Wel wanneer het oorsuizen in hetzelfde tempo gaat als de hartslag, dan zal ook vaak een MRI scan van het hoofd gemaakt worden.

## **Hoe wordt oorsuizen behandeld?**

### *Behandelen onderliggende oorzaak*

Wanneer het mogelijk is, wordt de onderliggende oorzaak, bijvoorbeeld een hoge bloeddruk, cholesteatoom of schwannoom behandeld. Wanneer het oorsuizen het gevolg is van gebruik van bepaalde medicijnen, kan gekeken worden of deze medicijnen gestopt kunnen worden of kunnen worden vervangen door een ander medicijn. Wanneer deze aandoening behandeld is, kan het oorsuizen verminderen.

### *Acceptatie*

Een van de eerste stap in de behandeling is het accepteren dat er sprake is van oorsuizen wat vervelend is, maar op zich geen kwaad kan. Verzetten tegen het oorsuizen werkt in de regel averechts. Het helpt vaak om te denken: oké, het oorsuizen hoort nu bij mij, ik ga kijken hoe ik hier zo min mogelijk last van kan hebben.

### *Trucjes*

Veel kinderen en volwassenen vinden een manier om minder last te hebben van oorsuizen. Zij hebben bijvoorbeeld minder last van oorsuizen wanneer er in de omgeving zachte muziek aan staat. Een deel van de kinderen en volwassenen vindt het fijn om naar zogenaamde witte ruis te luisteren tijdens het in slaap vallen. Anderen merken dat afleiding in school of werk helpt om minder last te hebben van oorsuizen.

### *Zorgen voor ontspanning*

Kinderen en volwassenen met oorsuizen ervaren kunnen door het oorsuizen veel spanning in hun leven. Het oorsuizen vraagt de hele dag veel aandacht en dat kost de hele dag veel energie. Deze gespannenheid maakt kinderen en volwassenen juist nog gevoeliger voor het oorsuizen. Het bewust zoeken naar vormen van ontspanning is dus heel belangrijk. Dit kan op verschillende manieren zoals door het beoefenen van yoga, mindfulness, meditatie, massage, maar ook door te gaan kleuren of mooie muziek (!) te maken. Het is belangrijk dat het kind of de volwassene iets zoekt wat bij hem of haar past. Daarnaast is het ook belangrijk om te zorgen voor voldoende slaap.

### *Gehoorapparaat*

Wanneer er sprake is van duidelijk gehoorverlies (meer dan 25 dB) kunnen kinderen en volwassenen baat hebben bij een gehoorapparaat om beter te kunnen horen. Dit kan ook zorgen voor vermindering van het oorsuizen. Bij kinderen en volwassenen met ernstige gehoorverlies (meer dan 60 dB) of eenzijdige doofheid kan ook een cochleair implantaat helpen om beter te kunnen horen.



## *Tinnitusmaskeerder*

Er bestaan ook speciale apparaatjes die een aangenaam geluid maken die er voor kan zorgen dat kinderen en volwassenen minder last hebben van oorsuizen. Dit worden tinnitusmaskeerders genoemd. Ze zijn te verkrijgen via een audiologisch centrum.

## *Psycholoog*

Een psycholoog kan ook tips en adviezen geven hoe kinderen of volwassenen minder last kunnen hebben van oorsuizen. Hiervoor bestaan diverse technieken, zoals cognitieve gedragstherapie of EMDR. Het doel van deze behandeling is om de automatische koppeling tussen oorsuizen en negatieve emotie te ontkoppelen en het oorsuizen weer te koppelen aan een andere meer neutrale emotie. Ook bestaat er speciale tinnitus retraining therapie. Deze therapieën worden meestal via het audiologisch centrum gegeven.

## *Kinder- en jeugdpsychiater*

Wanneer het oorsuizen leidt tot het ontstaan van een depressie en begeleiding door een psycholoog onvoldoende helpt, kan behandeling en begeleiding door een kinder- en jeugdpsychiater helpen om de depressie te behandelen. Soms zijn medicijnen nodig om de depressie te behandelen. Per kind of volwassene moeten de voordelen en nadelen van het inzetten van medicijnen tegen elkaar worden afgewogen.

## *Contact met andere ouders*

Door het plaatsen van een oproepje op het forum van deze site kunt u proberen in contact te komen met andere kinderen en hun ouders die ook last hebben van oorsuizen hebben om tips en ervaringen uit te wisselen.

## **Wat betekent het hebben van oorsuizen voor de toekomst?**

### *Verdwijnen*

Bij een deel van de kinderen en volwassenen verdwijnt het oorsuizen vanzelf in de loop van dagen, weken of maanden. De kans dat oorsuizen op de kinderleeftijd gaat verdwijnen is groter dan die bij volwassenen.

### *Blijvende klachten*

Bij een ander deel van de kinderen en bij volwassenen blijft het oorsuizen bestaan. Wel kunnen deze kinderen en volwassenen er voor zorgen dat zij minder hinder ondervinden van het oorsuizen, zodat ze een zo normaal mogelijk leven kunnen leiden.

### *Levensverwachting*

Het oorsuizen op zich heeft geen invloed op de levensverwachting. Het hebben van een ernstige depressie kan wel van invloed zijn op de levensverwachting.

### *Kinderen krijgen*

Het hebben van oorsuizen heeft geen invloed op de vruchtbaarheid. Of kinderen van een volwassene met oorsuizen een verhoogde kans hebben om zelf ook last te krijgen van oorsuizen, hangt af van de oorzaak van het ontstaan van oorsuizen. Bij bepaalde genetische aandoeningen die gehoorverlies geven, kan dit aan de orde zijn, maar meestal is dat niet het geval.



## **Hebben broertjes of zusjes ook een verhoogde kans om oorsuizen te krijgen?**

Het hebben van oorsuizen op zich is geen erfelijke aandoening. Soms heeft het gehoorverlies dat zorgt voor het ontstaan van oorsuizen wel een genetische oorzaak. In die situatie zouden broertjes en zusjes ook een verhoogde kans kunnen hebben om oorsuizen te ontwikkelen, maar meestal zal dit niet het geval zijn.

### **Links**

[www.stichtinghoormij.nl](http://www.stichtinghoormij.nl)

(stichting voor mensen die problemen hebben met horen)

### **Referenties**

Risk factors of pediatric tinnitus: Systematic review and meta-analysis. Lee DY, Kim YH. Laryngoscope. 2018;128:1462-1468

Pediatric tinnitus: A clinical perspective. Chan KH, Jensen EL, Gao D. Laryngoscope. 2018;128:727-731

Diagnosis and treatment of idiopathic intracranial hypertension. Raouf N, Hoffmann J. Cephalalgia. 2021;41:472-478

Reflections on How Tinnitus Impacts the Lives of Children and Adolescents. Tegg-Quinn S, Eikelboom RH, Brennan-Jones CG, Barabash S, Mulders WHAM, Bennett RJ. Am J Audiol. 2021;30:544-556

Pediatric tinnitus: The role of neuroimaging. Salman R, Chong I, Amans M, Hui F, Desai N, Huisman TAGM, Tran B. J Neuroimaging. 2022;32:400-411

Laatst bijgewerkt 17 september 2022

Auteur: JH Schieving