

# Behandeling tinnitus met smartphone app therapie

17 augustus 2022



Mensen die aan tinnitus lijden, horen een continu geluid in hun hoofd. De aandoening kan verschillende oorzaken hebben. Vaak wordt langdurige of regelmatige blootstelling aan harde geluiden, als hoofdoorzaak genoemd. Echter, tinnitus kan ook veroorzaakt worden door overactieve hersencellen en zenuwcellen die voor het gehoor zorgen. Andere mogelijke oorzaken zijn afwijkingen aan bloedvaten, gehoorbeentjes of aan het binnenoor.

## **Tinnitus behandelen met app**

De behandeling die in Nieuw Zeeland [ontwikkeld](#) is en getest wordt, digital polytherapeutisch genaamd, gaat uit van een combinatie van een aantal digitale hulpmiddelen. Voorafgaand aan de behandeling wordt de patiënt door een audioloog getest. Die bepaalt de mate, ernst en type van de tinnitus klachten. Op basis daarvan maakt hij een op witte ruis gebaseerd behandelplan. De behandeling bestaat uit een combinatie van doelgerichte counseling, doelgerichte games en andere op technologie gebaseerde therapieën die via de smartphone app gevolgd worden.

De app werd in een klinische test vergeleken met een op witte ruis (white noise) gebaseerde zelfhulp app voor de smartphone. De 31 patiënten die met de nieuwe app behandeld werden, meldden na 12 weken al een significante klinische verbetering van de klachten. Dat gold niet voor de 30 patiënten die gebruik gemaakt hadden van de zelfhulp app.

“Wat deze therapie doet, is in wezen de hersenen opnieuw bedraden op een manier die het geluid van de tinnitus vermindert tot een achtergrondgeluid dat geen betekenis of relevantie heeft voor de luisteraar”, zegt professor Grant Searchfield, audioloog en een van de ontwikkelaars van de nieuwe therapie.

## **Uitrol binnen zes maanden?**

In de praktijk bestaat er op dit moment dus nog geen behandeling die tinnitus kan genezen. Wel zijn er, ook in Nederland, therapieën die de symptomen van oorsuizen kunnen verminderen. Dat gebeurt bijvoorbeeld bij [Adelante](#) in Zuid-Limburg. Daar is, samen met de Universiteit van Maastricht, Meen gespecialiseerde behandeling ontwikkeld voor een trapsgewijze behandeling van tinnitus, waarvan cognitieve gedragstherapie de kern vormt. Die behandeling, zo is uit onderzoek gebleken, leiden bij veel patiënten tot een afname van de klachten en verbetering van de kwaliteit van leven.

Als de in Nieuwe Zeeland ontwikkelde therapie met een smartphone app succesvol blijkt, en ze zijn daar goed op weg, dan zou dat een doorbraak betekenen. Voordat het zover is moet de app nog doorontwikkeld en uitgebreider, klinisch en internationaal, getest worden. Toch verwachten de initiatiefnemers dat de digital polytherapeutische therapie en app hopelijk al binnen zes maanden breed beschikbaar kan komen.