

# HILFE FINDEN

## BEI TINNITUSLEIDEN



## HILFE DURCH PSYCHOTHERAPIE

Psychotherapie kann ein wichtiger Baustein innerhalb der Tinnitusbehandlung sein. Sie zielt darauf ab, die psychischen Ursachen und verstärkenden Faktoren für das Symptom gezielt zu bearbeiten. Durch verschiedene therapeutische Ansätze kann Ihre Lebensqualität wieder deutlich verbessert werden.

## ES GIBT EINEN WEG

Entgegen der leider weit verbreiteten Meinung „Damit muss man leben! Da



## URSACHEN DES TINNITUS

- Erkrankungen des Ohrs (z.B. Hörsturz, Drehschwindel, Knalltrauma, Mittelohrentzündung, Altersschwerhörigkeit, etc.)
- Neurologische oder internistische Erkrankungen
- Funktionsstörung der Halswirbelsäule und des Kiefergelenks
- Nebenwirkung von Medikamenten
- Psychogene Ursachen (z.B. Stress, Burnout, Belastungssituationen)

kann man nichts machen!“ gibt es heute wirksame und wissenschaftlich anerkannte Behandlungskonzepte. Die Erkrankung kann in vielen Fällen bewältigt oder auf einen gut erträglichen Bereich reduziert werden.

## WIR BIETEN IHNEN:

- Begleitung durch die Krankheit
- Bearbeitung psychogener Ursachen
- Übungen zur Änderung des erlernten Verhaltens
- Aufmerksamkeitsumleitung
- Stressbewältigung
- Entspannungsverfahren
- Behandlung von Folgeerkrankungen wie Schlafstörungen, Ängste oder Depressionen