

Inhalt

1 Tinnitus und Tinnitus-Leiden	1
Notwendige Begriffsbestimmungen	1
Gründe für die zunehmende Zahl der Tinnitus-Leidenden	3
Leitlinie „Tinnitus“ der Deutschen Gesellschaft für HNO-Heilkunde	3
2 Wie kommt es zum Leiden am Tinnitus?	5
Die Wirklichkeit des Hörens	5
Tinnitus kann auch seelische Not hörbar machen	8
3 Tinnitus-Patienten und Psychotherapie	11
Patientenprofile	11
Beziehungsgestaltung – Beziehungsprobleme	12
4 Basisinformationen für Psychotherapeuten zu den organischen Grundlagen des Tinnitus	15
Aufbau und Funktionsweise des Ohres	15
Vom Schall zum Nervenimpuls	16
Vernetzung und Kommunikation im Hörsystem	18
Objektive Ohrgeräusche	18
Subjektive Ohrgeräusche	19
Außenohr	19
Mittelohr	19
Innenohr	20
Hindernisse und Irritationen auf dem Weg zum Gehirn	25
Zentrale Tinnitusformen	26
Psychische Konflikte	27
Nebenwirkungen von Medikamenten	27
5 Diagnosemöglichkeiten	30
Die Krankengeschichte	30
Tinnitus-Fragebogen nach Goebel	30
Geräuschüberempfindlichkeits-Fragebogen nach Nelting	31

Die Untersuchung durch den Hals-Nasen-Ohrenarzt	34
Audiometrische Hörprüfung	34
Tinnitus-Bestimmung	37
Otoakustische Emissionen	37
BERA (Brainstem evoked response audiometry)	38
Gleichgewichtsprüfungen	38
Bildgebende Verfahren	39
Manualtherapeutische Untersuchung	39
Bewertung und Indikation der einzelnen Untersuchungen	39
 6 Die Behandlung des akuten Tinnitus	 41
Die Infusionstherapie	41
Die hyperbare Sauerstofftherapie	43
 7 Psychotherapeutische Ansätze	 44
Zugänge zum Patienten und zur Psychotherapie	44
Verstehen und Zuversicht	46
Die Arbeit an den Kognitionen	46
Der Tinnitus aus psychotherapeutischer Sicht	
in der wissenschaftlichen Literatur	50
Unterschiedliche Patienten-Profile	54
Die klassischen Stationen der tiefenpsychologischen	
Bearbeitung des Tinnitus	56
Einzel- oder Gruppentherapie	58
Konzeptionelle Ansätze in der Gruppentherapie	58
Fahrplan für 10 Gruppenstunden	59
 8 Ergänzende und erweiternde Verfahren	 62
Musik- und Klangtherapie	62
Den Tinnitus bewegen	63
Die Feldenkrais-Methode	63
Tai Chi	63
Stationäre Tinnitus-Therapie	64
 9 Schlafstörungen bei Tinnitus	 65
Einstieg in die Therapie – Aufklärung über den normalen Schlaf	66
 10 Geräuschempfindlichkeit (Hyperakusis)	 69
Zur Begriffsbestimmung der Hyperakusis	70
Gestörter Lautheitsausgleich bei Schwerhörigkeit: das Recruitment	71
Die „Phonophobie“	72

Behandlungsstrategien	73
Exkurs: Phobie	74
11 Tinnitus in verschiedenen Lebensphasen	76
Tinnitus bei älteren Menschen	76
Anhaltender neurotischer Konflikt	77
Aktualkonflikt	78
Trauma-Reaktivierung	78
12 Die Subjektivität von Hörwirklichkeiten	80
Fallbeispiele	82
13 Tinnitus-Retraining-Therapie	87
Praktische Durchführung der Tinnitus-Retraining-Therapie	88
„Rauscher“	88
Hörgeräte	89
14 Tinnitus bei psychiatrischen Krankheitsbildern	91
Tinnitus und depressive Dekompensation	91
Tinnitus bei Erkrankungen aus dem schizophrenen Formenkreis	92
Fallbeispiele	93
15 Sinnfindung bei Tinnitus	96
Wo liegt der Sinn?	97
16 Der Psychotherapie-Antrag bei Tinnitus	100
Fallbeispiele zur Psychodynamik	101
17 Begutachtung	105
Minderung der Erwerbsfähigkeit durch Hörstörungen	105
Taubheit	106
Ohrgeräusche (Tinnitus)	106
Morbus Menière	106
Literatur	108
Glossar	114
Sachverzeichnis	120

Merkblätter – Vorlagen zur Weitergabe an Patienten	125
Patienteninformation zum Tinnitus	127
Häufige Fragen zum Tinnitus – kurz beantwortet	132
Patienteninformation zu Hörgeräten bei Tinnitus und Schwerhörigkeit	134
Schlafrituale	136
Notizen	137