

# Inhalt

<b>1 Tinnitus und Tinnitus-Leiden</b> .....	1
Notwendige Begriffsbestimmungen .....	1
Gründe für die zunehmende Zahl der Tinnitus-Leidenden .....	3
Leitlinie „Tinnitus“ der Deutschen Gesellschaft für HNO-Heilkunde .....	3
<b>2 Wie kommt es zum Leiden am Tinnitus?</b> .....	5
Die Wirklichkeit des Hörens .....	5
Tinnitus kann auch seelische Not hörbar machen .....	8
<b>3 Tinnitus-Patienten und Psychotherapie</b> .....	11
Patientenprofile .....	11
Beziehungsgestaltung – Beziehungsprobleme .....	12
<b>4 Basisinformationen für Psychotherapeuten zu den organischen Grundlagen des Tinnitus</b> .....	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
<b>5 Diagnosemöglichkeiten</b> .....	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
Manualthapeutische Untersuchung .....	39
Bewertung und Indikation der einzelnen Untersuchungen .....	39
<b>6 Die Behandlung des akuten Tinnitus</b> .....	41
Die Infusionstherapie .....	41
Die hyperbare Sauerstofftherapie .....	43
<b>7 Psychotherapeutische Ansätze</b> .....	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
<b>8 Ergänzende und erweiternde Verfahren</b> .....	62
Musik- und Klangtherapie .....	62
Den Tinnitus bewegen .....	63
Die Feldenkrais-Methode .....	63
Tai Chi .....	63
Stationäre Tinnitus-Therapie .....	64
<b>9 Schlafstörungen bei Tinnitus</b> .....	65
Einstieg in die Therapie – Aufklärung über den normalen Schlaf .....	66
<b>10 Geräuschempfindlichkeit (Hyperakusis)</b> .....	69
Zur Begriffsbestimmung der Hyperakusis .....	70
Gestörter Lautheitsausgleich bei Schwerhörigkeit: das Recruitment .....	71
Die „Phonophobie“ .....	72

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

## **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