

HOHENEGG

Privatklinik am Zürichsee

Was bringen integrative Behandlungsansätze?

Dipl. Psych. Martina Derendinger, Eidg. anerkannte
Psychotherapeutin, Ambulantes Zentrum Zürich

Dr. phil. Dominik Güntensperger, Neuropsychologe,
Ambulantes Zentrum Zürich

18.11.2019

Ambulantes Zentrum Zürich



Ärztlicher Leiter:
Dr. med. Ramin Mansour

Psychotherapie im
Delegationsverfahren

www.ambulanteszentrum.ch

Tinnitus Behandlung am AZZ – Überblick

- **Pilotprojekt** seit Sommer 2018 unter der Leitung von Prof. Dr. med. Stefan Büchi, Ärztl. Direktor Privatklinik Hohenegg, in Kooperation mit dem USZ (ORL)
- **Abklärungen** des ambulanten psychiatrischen-psychotherapeutischen Behandlungsbedarfs nach somatischer und audiometrischer Untersuchung durch ORL. Zuweiser: USZ, Fach- und Hausärzte, Privatklinik Hohenegg
- **Kombinationsbehandlung** aus psychotherapeutischen Einzelsitzungen (ca. 4-12 Sitzungen) und Neurofeedback (10- 20 Sitzungen)
- **Ergänzende Leistungen** durch AZZ Netzwerk: Psychiatrische Konsultationen, Spezialtherapien, Coaching, sozialdienstliche Beratung, Empfehlung von Hörakustikern
- Regelmässige **Evaluation** mittels Tinnitus Functional Index (TFI), Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) und Pictorial Representation of Illness and Self Measure (PRISM)

Psychotherapie – Realistische Ziele

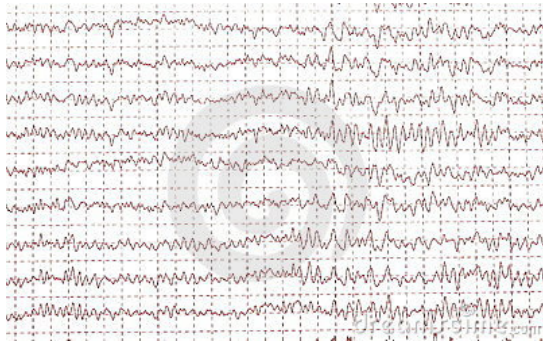
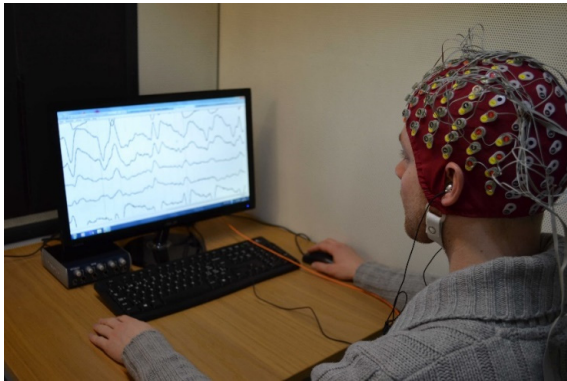
- Verstehen & verstanden werden
- Förderung der Krankheitsakzeptanz
- Steigerung der Lebensqualität durch Reduktion aufrechterhaltender innerer und äusserer Stressoren
- Differentialdiagnostik und Informationsvermittlung zu komorbid psychiatrischen Erkrankungen (hier vor allem Depression & Angst)

Unrealistisches Ziel: Tinnitusremission

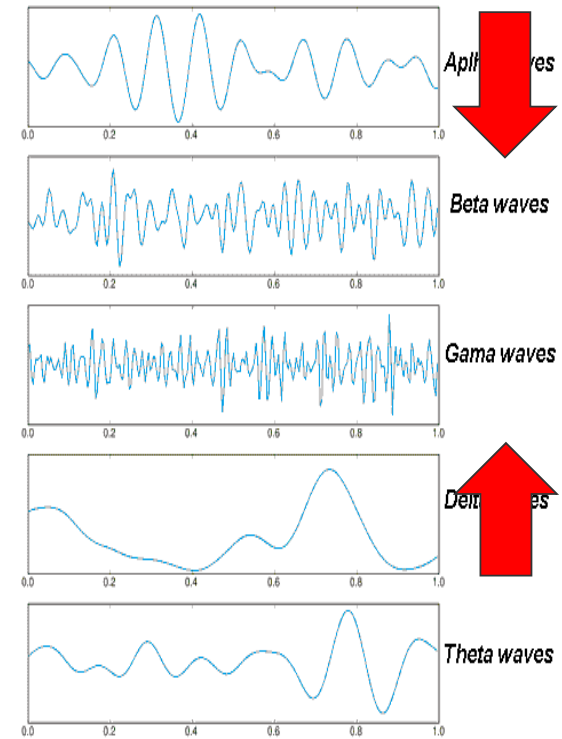
Kognitive Verhaltenstherapie

- Erwartungsabklärung und Zieldefinition
- Psychoedukation
- Schlafedukation
- Biografische Aspekte der Schmerzbewältigung
- Interventionstechniken der Akzeptanz- und Commitmenttherapie
- Interventionstechniken aus der emotionsfokussierten Psychotherapie
- Selbstmanagement (Ablenkungstechniken, Entspannung, Achtsamkeitsmeditation, Stimmungsfragebögen, Apps, Protokolle etc.)
- Ressourcenaktivierung
- Rückfallprophylaxe

Tinnitus im EEG

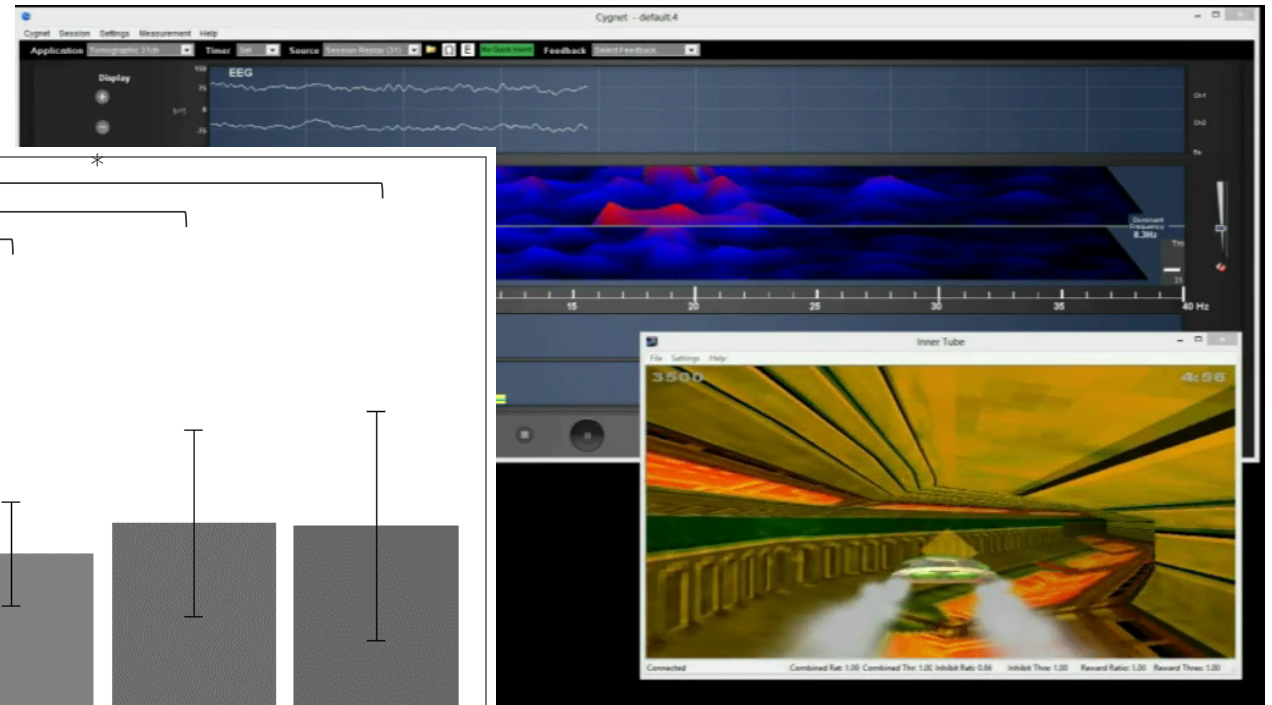
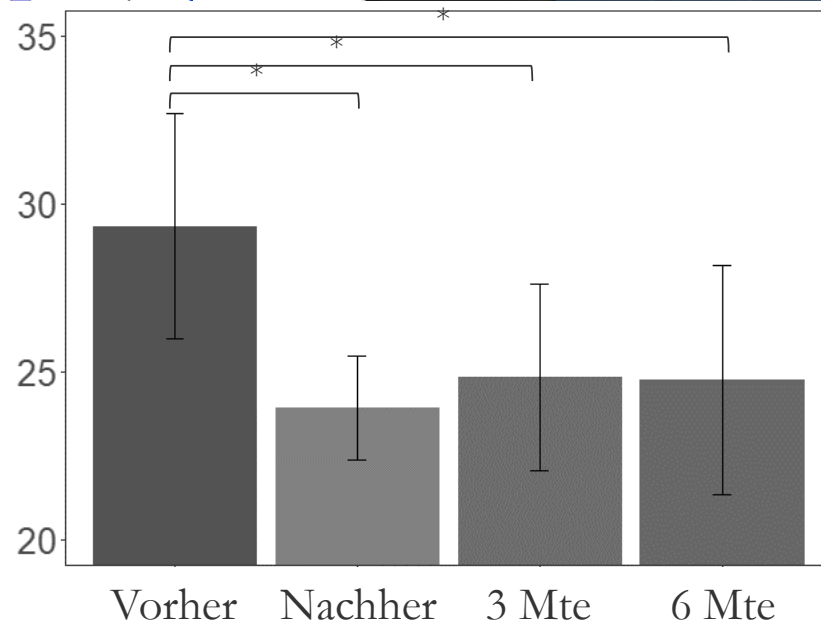
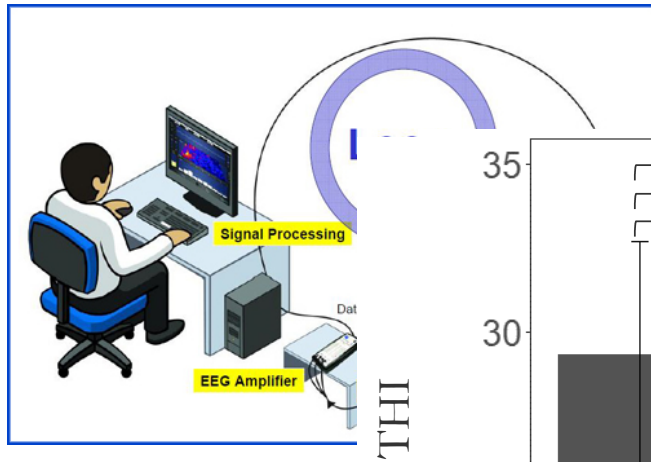


<http://thumbs.dreamstime.com/x/diagrammgehirnwelle-ecg-getrennt-18294085.jpg>



http://docgautham.com/yahoo_site_admin/assets/images/brainwaves1.120192920_std.jpg

Neurofeedback



Güntensperger et al., 2019

Psychosomatischer Ansatz

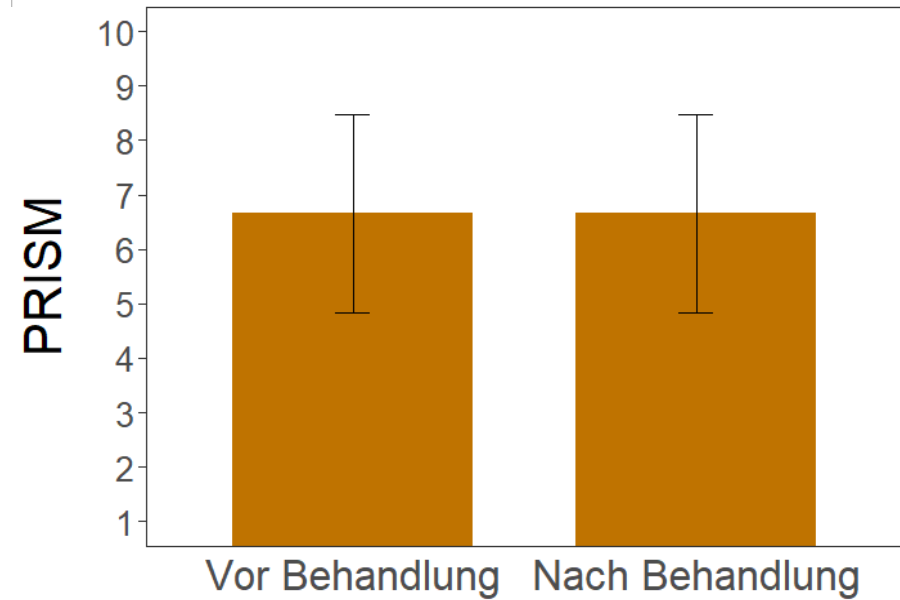
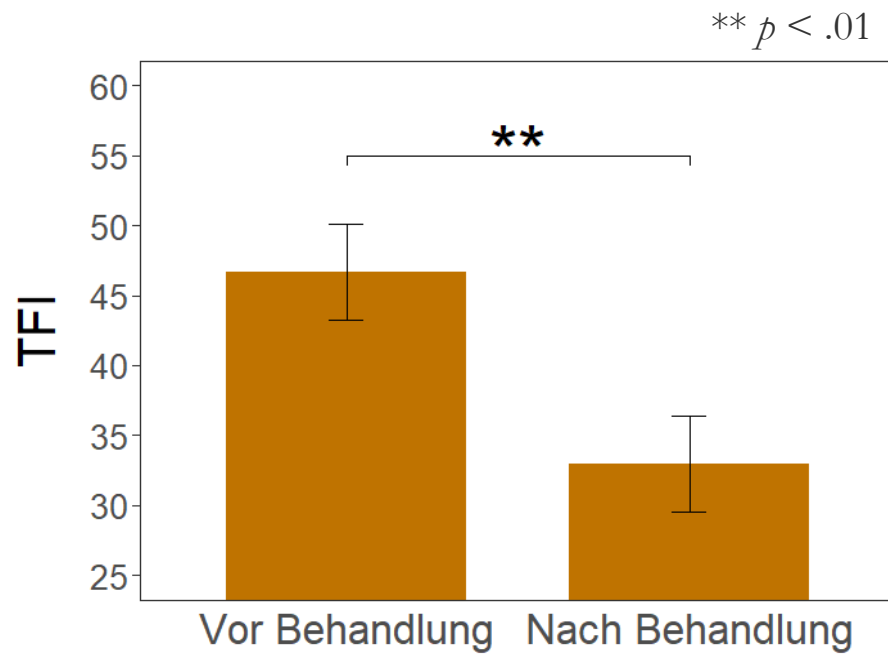
Neurofeedback

- Fokus auf den (neuronalen) *Ursprung* des Tinnitus
- Neuronale Plastizität wird angeregt
- Tinnitus wird wieder als veränderbar erlebt
- Erfahren von Selbstwirksamkeit

Kognitive Verhaltenstherapie

- Fokus auf die *Wahrnehmung und den Umgang*
- Förderung der Krankheitsakzeptanz
- Erfahren von Selbstwirksamkeit

Erste Erfahrungen Das sagen die Daten



Erste Erfahrungen Das sagen die Patienten



Astrid K.
Lehrerin aus Zürich



Andreas W.
Programmleiter aus Zürich

Fazit

- Kombinationstherapie hat sich bewährt: Gute Erfolge bei leichten bis mittelgradigen, chronifizierten Tinnitusbeschwerden
- Individuelle Erwartungsabklärungen und der Beziehungsaufbau zwischen Therapeutenteam und Patienten benötigen Zeit
- Erfolgsfaktoren: Empathie seitens Behandler, tragfähige therapeutische Beziehung und Therapieadhärenz
- Häufiger Patientenwunsch: Neurofeedback allein anzubieten (attraktiv, weil neues Verfahren)
-> nicht empfehlenswert, da Fokus ausschliesslich auf Ursache, nicht auf Umgang/Aufrechterhaltung

HOHENEGG

Privatklinik am Zürichsee

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit