

Inhalt

- Allgemeine KVT bei Tinnitus
- Symptome bei Tinnitus
- Ansatzpunkte KVT bei Tinnitus
- Therapeutisches Angebot
- Fallbeispiel
- Zusammenfassung

2

Kognitive Verhaltenstherapie (KVT)

- Hoch wirksames Therapieverfahren bei Tinnitus
- Modifikation von krankheitserhaltenden **Mustern** auf **kognitiver, verhaltensbezogener** und **emotionaler** Ebene
- **Ziel:** Förderung der Akzeptanz und Verbesserung der Lebensqualität

© J. KVMH - G. Lehner - ökonomische Psycho 02/2015

3

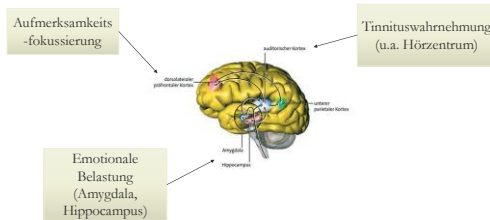
Symptome bei Tinnitus

- Bei Tinnitus spielt die **emotionale Bewertung** des Ohrgeräusches eine große Rolle.
- **Stress und Ängste** können die Entstehung von Tinnitus begünstigen oder die Wahrnehmung der Geräusche **verstärken**.



4

Beteiligte Areale bei Chronifizierung des Tinnitus



5

Bildquelle: Gehirn & Gehirnräume/ND

KVT- Ansatzpunkte

1. Umbewertung des Tinnitus und seinen Konsequenzen
2. Verringerung der Aufmerksamkeitsfokussierung auf den Tinnitus
3. Erwerb von Coping-Strategien (z.B. Ablenkung)

Aber: Kein Einfluss auf Tinnitus-Lautstärke!

Ziel: Entwicklung alternativer Gedanken
 Statt «Der Tinnitus wird immer lauter und ich kann nichts dagegen tun»

«Ich höre den Tinnitus, aber er stört mich nicht mehr.»

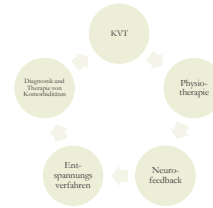
6

Indikation

- Dekompensierte Tinnituspatienten
 (Dekompensation im privaten Bereich, berufsunfähig)
- Ausgeprägte Angsterkrankung
- Depressionen

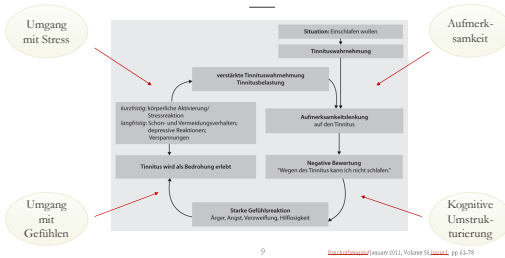
7

Therapeutisches Angebot



8

Teufelskreis bei Tinnitus



9

[Lernaktivitäten](#) (Januar 2011, Volume 15, Number 1, pp. 63-70)

Fallbeispiel: Frau B. J., 35 Jahre

- Beginn Tinnitus nach Hörsturz 08/19 re
- Übernahme Geschäftsleitung vor 3 Jahren, MAS Studiengang
- Biographie: Abort und Fehlgeburt, Scheidung
- **Ziel: Förderung der Akzeptanz**
- Therapie: Schlafhygiene, Umgang mit Stress, Verarbeitung Fehlgeburten und Scheidung, Entspannungsverfahren



10

Zusammenfassung

- Die psychische Dekompensation unter chronischem Tinnitus ist ein **multimodales Geschehen**, bei dem biologische, soziale, psychologische, soziale und gesellschaftliche Faktoren eine Rolle spielen.
- **Ziel** des stationären Setting ist es, diese verschiedenen Aspekte zu berücksichtigen und dem Patienten durch das breite therapeutische Angebot die **Lebensqualität** zurückzugeben.

11

Kontakt

Informationen:
 Telefon: +41 44 925 15 00
privatklinik@hohenegg.ch

Zuweisungen:
 Telefon: +41 44 925 15 00
eintrittsmanagement.hohenegg@hin.ch
 → bitte mit Vermerk «Tinnitus»

12



Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit

Privatklinik Hohenegg AG, Hohenegg 1, CH-6706 Meien, Tel +41 44 925 12 12, privatklinik@hohenegg.ch, www.hohenegg.ch