

HOHENEGG

Privatklinik am Zürichsee



Tinnitus: Welche stationären Angebote gibt es?

Dr. med. Katja Scholz
Fachärztin für Psychiatrie
und Psychotherapie
Fachärztin für Neurologie

21.11.2019

Inhalt

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

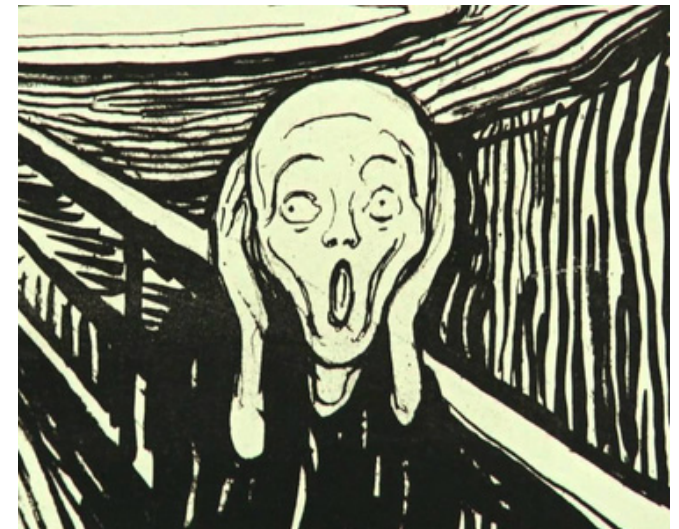
Kognitive Verhaltenstherapie (KVT)

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

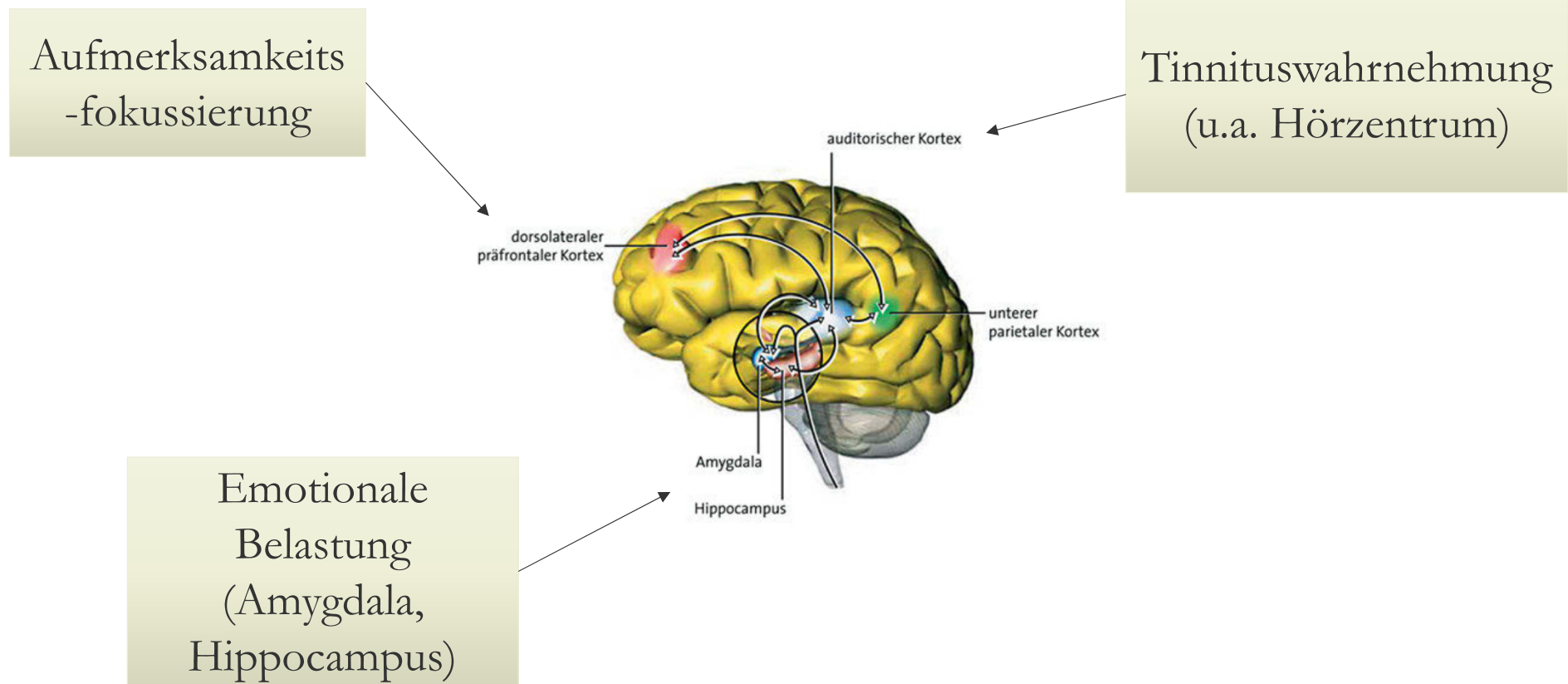
(*) AWMF- S3- Leitlinie chronischer Tinnitus 02/2015

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**.



Beteiligte Areale bei Chronifizierung des Tinnitus



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

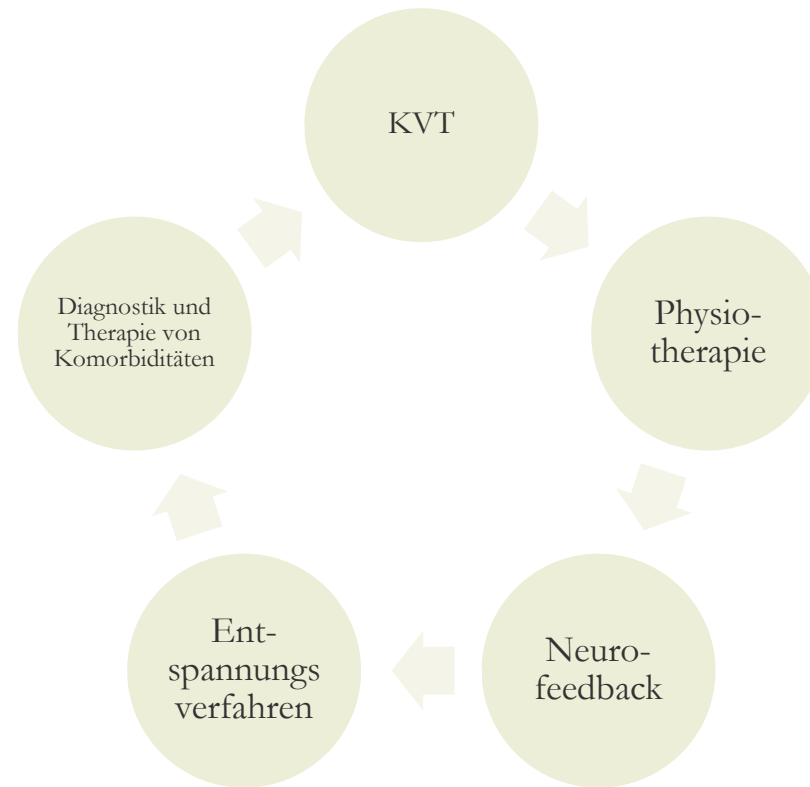
Statt «Der Tinnitus wird immer lauter und ich kann nichts dagegen tun»

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

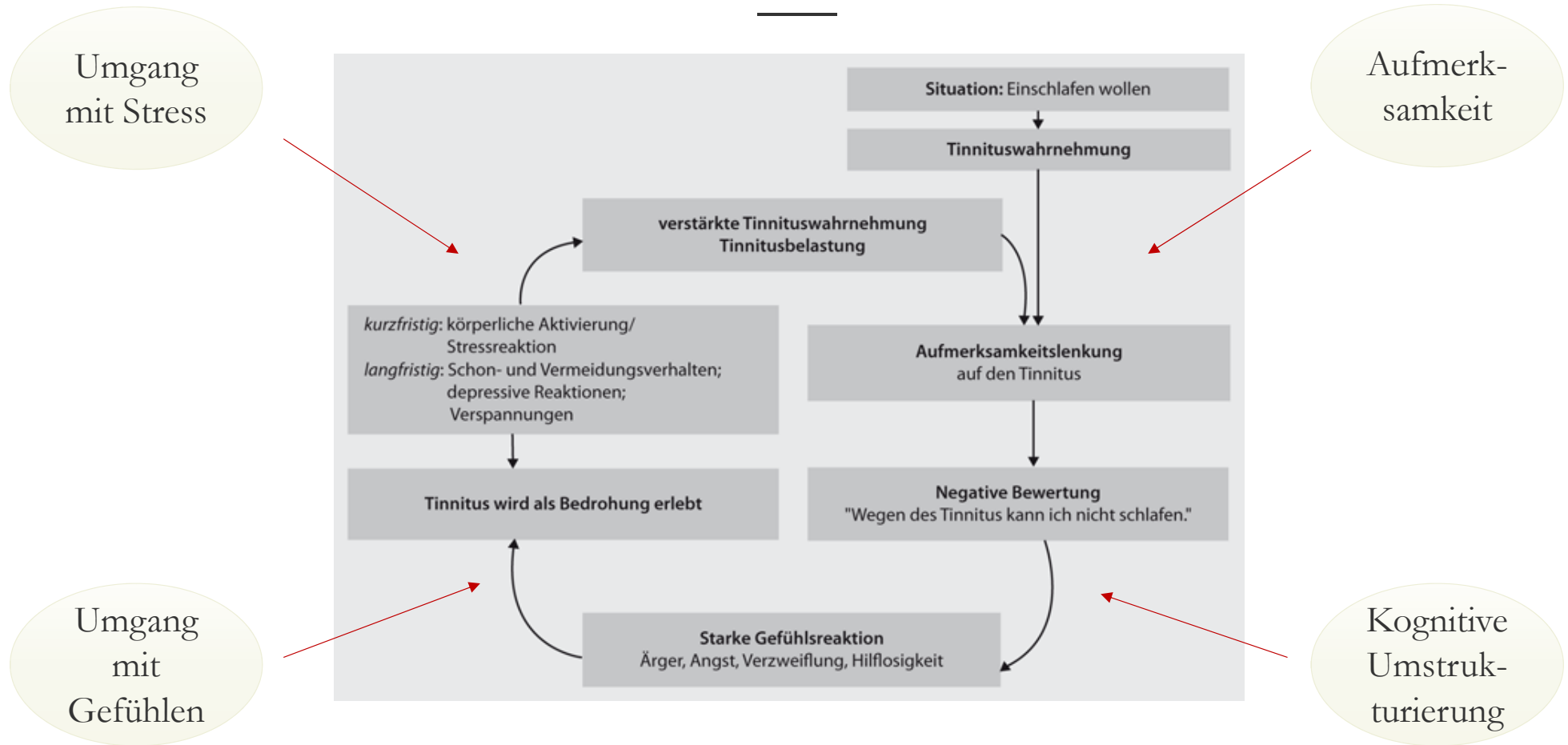
Indikation

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

Therapeutisches Angebot

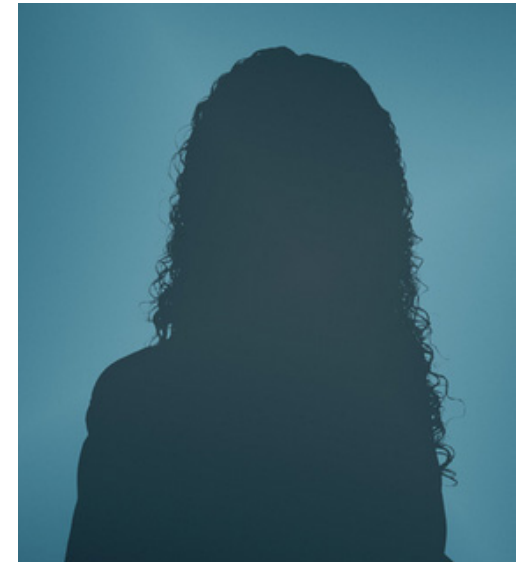


Teufelskreis bei Tinnitus



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



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.

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»

HOHENEGG

Privatklinik am Zürichsee

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit