

Tinnitus-Info: Warum es sich lohnt, nicht aufzugeben

Ein ständiges Pfeifen, Rauschen oder Summen im Ohr – oder in beiden Ohren – raubt Energie und Lebensqualität. Oft wird Tinnitus-Leidenden gesagt: «Damit musst du leben.». Stimmt das wirklich? Oder gibt es doch Möglichkeiten, der Belastung wirksam entgegenzutreten? Ja – besonders, wenn es sich um einen «subjektiven, tonalen, hochfrequenten, subakuten oder chronischen Tinnitus» handelt. Was ist damit gemeint?



Edith Zeller & Werner Zeller, Gründer CTT-Fachgemeinschaft

Subjekt bedeutet, das Geräusch ist nur vom Leidenden selbst wahrzunehmen. Mit «tonal» wird ein klar definierter, gleichbleibender Ton bezeichnet, der sich deutlich von Rauschen, Zischen und Knacken abgrenzt. Und «hochfrequent» besagt, dass die Tonlage hoch ist, also kein Brummen oder Knattern. Von «subakut» wird gesprochen, wenn das Leiden seit drei bis zwölf Monaten da ist, «chronisch» steht für noch länger.

Tinnitus ist strenggenommen keine Krankheit, sondern ein Symptom, das oftmals auf Stress zurückzuführen ist. Dr. Eberhard Biesinger, der renommierte deutsche Facharzt für HNO-Heilkunde und ausgewiesener Tinnitus-Experte, definiert das Phänomen so: «Tinnitus ist eine zentrale Verarbeitungsstörung von Höreindrücken, die in unterschiedlicher Weise mit negativen Impulsen und Gedanken aus dem limbischen System, unserem seelischen Zentrum im Gehirn, verknüpft sein können.».

Genau hier setzt das multi-methodische Training von «Contra-Tinnitus an». Multi-methodisch, weil es zwar zahlreiche erfolgsversprechende Methoden gibt, aber nicht jeder Mensch gleich darauf anspricht.



Trio «zytlos»: Brigit Stadler, Othmar Keller, Franziska Konrad (v.l.n.r.)



Selina Kreyer (geb. Haas), Rombach & Haas, Schonach im Schwarzwald

**Am Mittwoch, 29.4.2026,
19:00 Uhr, Lenzburg.**

**lädt die Fachgemeinschaft
«Contra-Tinnitus» zum zweiten
Info-Anlass in dieser Reihe ein.**

Schwerpunkte bilden Informationen zum CTT-Trainingsprogramm, neue technische Helfer und die Frage, ob Mikronährstoffe hilfreich sein können.

Das Trio «zytlos» eröffnet den Anlass mit seinem halbstündigen Konzert und seinen Liedern aus aller Welt. In den Räumlichkeiten sind Bilder, Grafiken und 7 Designer-Kuckucksuhren von Selina Kreyer, geb. Haas, der Künstlerin und Unternehmerin (5. Generation, Rombach & Haas) aus dem Schwarzwald ausgestellt.

Es wird um pünktliches Eintreffen gebeten und Sitzplatzreservation empfohlen – der Eintritt ist frei. Mehr Infos zum Anlass sind auf www.contra-tinnitus.ch zu finden.

**Programm und Sitzplatz-Reservation
www.contra-tinnitus.ch!**