



Lärmprävention

Gesundheitliche Auswirkungen von Lärm auf den Menschen



Gehörschutz

Welche Gehörschutzmöglichkeiten gibt es?



Gartentherapie

Wie Aktivitäten in der Natur das Stresserleben vermindern können

Editorial

3 Sabine Wagner

Inhalt

4 und Impressum

Essay

6 Autosuggestion

Schwerpunktthema

9 Gesundheitliche Auswirkungen von Umgebungslärm auf den Menschen

14 Gehörschutz auch bei Tinnitus – eine sinnvolle Maßnahme

18 Tag gegen Lärm

21 Lärmprävention im Kindergartenalltag

Meine Geschichte

22 „Es ist immer zu früh, um aufzugeben“

23 Gesucht: Erfahrungsberichte für das Tinnitus-Forum

Wissenschaft

24 Perspektiven für eine Genthherapie bei Innenohrschwerhörigkeit (und Tinnitus)

Aktuelles

28 24. Klinikvertreter- und 16. TBT-Treffen der Deutschen Tinnitus-Liga e.V. in Kassel: „An erster Stelle steht bei der Tinnitus-Behandlung die Aufklärung“

30 Ankündigung Tinnitus-Betroffenen-Seminar in Berlin

31 Welttag des Hörens: „Frühzeitige Hörgeräteversorgung ist für Menschen mit Tinnitus und Schwerhörigkeit besonders wichtig“

34 Patienten-Schulung via Zoom

Praxis

35 Was unsere Urlaubsvorlieben über uns verraten

36 Gartentherapie zur Förderung der Tinnitus-Bewältigung

40 TF-Serie: Aus der DTL-Beratung – „Mir ist wichtig zuzuhören und das Gefühl zu vermitteln, dass ich die Sorgen verstehe“

42 Zum Imagewandel der Selbsthilfe

Tinnitus-Shop

Internationale Presseschau

51 Mit der Musik war trotz Tinnitus nicht Schluss

Fragen, Antworten, Kontakte

52 Austausch unter Betroffenen mit pulsatilem Tinnitus erwünscht

Soziales & Recht

53 DSB und DCIG informierten über eine bessere Hörversorgung

55 Bayerischer Hausärzterverband begrüßt Vorschläge zur Begrenzung von iMVZ

56 Strategie-Workshop des DSB

57 DAK-Psychreport: Erneuter Höchststand bei psychisch bedingten Fehltagen

58 „Gemeinsam digital“: Digitalisierungsstrategie für das Gesundheitswesen

59 Kultursensible Wanderausstellung „Selbsthilfe & Migration“

60 Neuer Sachverständigenrat Gesundheit und Pflege

61 DAK-Studie: In Pandemie hat sich Mediensucht verdoppelt

Hören

62 Hörtechnikneuheiten im Überblick: Mehr als besser hören

66 Neue Leitlinie „Implantierte Hörsysteme in der Hörakustik“ · Eberhard Schmidt zum neuen biha-Präsidenten gewählt

67 Eine Milliarde junger Menschen weltweit riskiert Hörschäden in ihrer Freizeit

Nachrichten

68 Wo leben die glücklichsten Menschen? · Reise-Tipps zur Gefäßgesundheit · 70 Jahre Anonyme Alkoholiker · Special Olympics World Games in Berlin

69 Stärkerer Schutz von Menschenrechten · Schmerzmittelkonsum im Sport · Weltverbrauchertag: Mehr Gerechtigkeit beim Essen · Ausdauer- plus Krafttraining bei Long COVID

Schweiz

70 Kein Suizid wegen Tinnitus

Vorschau TF 3 / August 2023

Themen:

- Aus der Tinnitus-Forschung
- Otosklerose und Tinnitus
- Die gesundheitlichen Aspekte des Laufens

■ Österreich

72 Psychologische Tinnitus-Beratung

■ Stiftung Hören

74 Die Deutsche Gesellschaft für Akustik e.V. (DEGA)

■ DTL-intern

76 Auf einen Blick: Mitglieder-Dienste der DTL

■ Selbsthilfegruppen

80 Neue Selbsthilfegruppe Essen & Umgebung

81 Selbsthilfegruppen unterwegs

82 Was in den Selbsthilfegruppen geschieht

84 Selbsthilfegruppen in der Öffentlichkeit

86 Liste der Selbsthilfegruppen im Querformat

■ Termine

91 Messen, Symposien, Vorträge, Seminare

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in unserer Zeitschrift zuweilen auf die gleichzeitige Verwendung der weiblichen und männlichen Sprachform verzichtet. Gemeint sind selbstverständlich immer alle Geschlechter (m/w/d).

IMPRESSUM

Herausgeber und Verleger

Deutsche Tinnitus-Liga e.V.
gemeinnützige Selbsthilfeorganisation gegen Tinnitus, Hörsturz und Morbus Menière
1. Vorsitzender: Bernd Strohschein, Stellv. Vorsitzende: Gisela Nawroth
Postfach 210351, 42353 Wuppertal
Am Lohsiepen 18, 42369 Wuppertal-Ronsdorf
Telefon (Zentrale): 0202 24652-0
Fax: 0202 24652-20
Homepage: www.tinnitus-liga.de
E-Mail: dtl@tinnitus-liga.de

Mitgliederverwaltung, Telefon: 0202 24652-23 oder -22

Bank und Spendenkonto

Bank für Sozialwirtschaft, Köln
BIC: BFSWDE33
IBAN: DE10 3702 0500 0007 0891 00

Auflage

14.000

Chefredaktion

Sabine Wagner, M. A. (SW)

Nachdruck

Die Deutsche Tinnitus-Liga e.V. (DTL) behält sich ausdrücklich das ausschließliche Recht der Verbreitung, Übersetzung und jeglicher Wiedergabe auch von Teilen dieser Zeitschrift durch Nachdruck, Fotokopie, Mikrofilm, EDV-Einspeicherung, Funk- oder Fernsehaufzeichnung sowie im Internet und in den sozialen Medien vor. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt.

Anzeigenpreisliste

Nr. 27 ab 1. Januar 2023

Anzeigenverwaltung

Sieler Medienkontor GmbH, Oliver Kämper
Neptunstr. 36, 42699 Solingen
Telefon: 0212 520888-62, Fax: 0212 520888-69
E-Mail: kaemper@ksw.de
Verantwortlicher für Anzeigen: Oliver Kämper

Gesamtherstellung

KS.W Media GmbH, Neptunstr. 36, 42699 Solingen
Telefon: 0212 520888-62, Fax: 0212 520888-69
www.ksw.de, E-Mail: info@ksw.de

Bildnachweis

Titelbild: © vectorjuice/freepik.com; S. 3: Paul Dudley; S. 6: jcomp/freepik.com; S. 9: Wave Break Media Ltd/dreamstime.com; S. 41: pch.vector/freepik.com; S. 43: freepik.com; S. 55: gpointstudio/freepik.com; S. 61: jcomp/freepik.com; S. 66: © Bundesinnung der Hörakustiker (biha); S. 67: freepik.com; S. 68: studio4rt/freepik.com, Special Olympics World Games Berlin / Tilo Wiedensohler – camera4; S. 69: freepik.com; Cartoons: Christian Born (BOB)

Redaktionsschluss

jeweils zum 1. Februar, 1. Mai, 1. August, 1. November. Das Tinnitus-Forum erscheint vierteljährlich jeweils im zweiten Monat eines Quartals. Für Mitglieder der Deutschen Tinnitus-Liga ist der Bezug mit dem Beitrag abgegolten. Das Jahresabonnement für Fachleute kostet 25 Euro, im Ausland 40 Euro, die Einzelausgabe 10 Euro. Die Redaktion behält sich das Recht vor, Artikel und Beiträge zu kürzen. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder kann keine Haftung übernommen werden. Für die mit Namen gekennzeichneten Beiträge zeichnen die betreffenden Autoren, für die Mitteilungen der Liga der Vorstand verantwortlich. **Die Inhalte der Artikel geben nicht unbedingt den Standpunkt der DTL wieder.** Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass Betroffene alle Ratschläge und Empfehlungen stets nur im Benehmen mit einem Arzt anwenden sollten. Eine Haftung oder Gewährleistung wird nicht übernommen. Anzeigen stellen keine Empfehlung der Redaktion dar.

Tinnitus Forum