

40 Jahre Deutsche Tinnitus-Liga: Verstanden. Informiert. Verbunden.

Zum Auftakt der Tinnitus Awareness Week informierte die DTL über wirksame Strategien bei Tinnitus

(Wuppertal, 04.02.2026) Die Deutsche Tinnitus-Liga e. V. (DTL) steht Tinnitus-Betroffenen bereits seit 40 Jahren mit Verständnis, wissenschaftlich fundierten Informationen und gemeinsamem Erfahrungsaustausch zur Seite. Das Jubiläumsjahr begann für die DTL sehr erfolgreich: Anlässlich der Tinnitus Awareness Week fand am 2. Februar 2026 eine Online-Vortragsveranstaltung mit mehr als 150 Teilnehmenden statt. Dr. med. Frank Matthias Rudolph und der DTL-Vorstandsvorsitzende Bernd Strohschein referierten über wirksame Strategien bei Tinnitus – und wie die Selbsthilfe dabei unterstützen kann.

Die Tinnitus Awareness Week, die international auf Tinnitus, dadurch entstehende Belastungen und Möglichkeiten zur Bewältigung aufmerksam macht, findet jährlich in der ersten Februar-Woche statt, diesmal vom 2. bis 8. Februar. Zum Auftakt richtete die DTL am 2. Februar 2026 eine Online-Veranstaltung aus. In seinem Vortrag „Was ist Tinnitus eigentlich – und was hilft wirklich?“ erläuterte Dr. med. Frank Matthias Rudolph, Facharzt für Psychosomatik und Psychotherapie aus Boppard, wissenschaftlich fundierte Ansätze und mögliche Ursachen. Von konkreten Behandlungsschritten bis hin zu praktischen Alltagsstrategien zeigte der stellvertretende Sprecher des Wissenschaftlichen Beirats der Deutschen Tinnitus-Liga auf, was nachhaltig Linderung bei Ohrgeräuschen verschaffen kann.

Darauf schilderte der DTL-Vorstandsvorsitzende Bernd Strohschein, wie die Selbsthilfe Betroffene beim Umgang mit der Tinnitus-Belastung unterstützt und welche Angebote die Deutsche Tinnitus-Liga für Menschen mit Tinnitus bereithält. Mehr als 150 Teilnehmende waren zugeschaltet, nahmen über die Chat-Funktion aktiv teil, stellten Fragen an die Referenten und gaben ein sehr positives Feedback zu der Online-Veranstaltung.

Die Deutsche Tinnitus-Liga wurde 1986 von Hans Knör, Horst Schleberger, Henny Juchem und weiteren Betroffenen in Wuppertal-Ronsdorf gegründet, wo sie auch heute noch ihren Sitz hat. Die Selbsthilfeorganisation entstand auf eine Zeitungsannonce hin im Wohnzimmer ihres Gründers Hans Knör. In den Anfangsjahren, als praktisch keine Informationen über Tinnitus verfügbar waren, beantworteten die Gründungsmitglieder eine wahre Flut von Anfragen nur mit Telefon, einer elektrischen Schreibmaschine und einem Kopierer – in Zeiten digitaler Kommunikationsmöglichkeiten kaum noch vorstellbar.

Bereits in den Anfangsjahren der Deutschen Tinnitus-Liga wurden Kontakte zu Fachleuten und der noch in den Kinderschuhen steckenden Tinnitus-Forschung geknüpft. Dass die DTL-Mitglieder stets auf dem neuesten Stand der Forschung sind, gilt bis heute. Die Mitgliederzeitschrift *Tinnitus-Forum* berichtet vierteljährlich über aktuelle Erkenntnisse aus

der Wissenschaft. Speziell ausgebildete Beraterinnen und Berater informieren Menschen mit Ohrgeräuschen stets wissenschaftlich fundiert und vor dem Hintergrund ihrer eigenen Erfahrungen.

Selbsthilfe wirkt – und wird deshalb auch in der Leitlinie zur Behandlung des chronischen Tinnitus empfohlen. In den rund 60 bundesweit aktiven Selbsthilfegruppen, in monatlich stattfindenden Online-Selbsthilfegruppen und der Jungen DTL, einer Online-Plattform für jüngere Betroffene von 18 bis 35 Jahren, kann jede und jeder die passende Unterstützung, Austausch und gegenseitiges Verständnis finden. Denn: Gemeinsam lebt man besser mit Tinnitus. Informationen dazu gibt es unter www.tinnitus-liga.de/selbsthilfegruppen.

Die Mitglieder der Deutschen Tinnitus-Liga profitieren von Telefonsprechstunden mit Ärzten, Psychotherapeuten sowie Anwälten, einem Netzwerk renommierter Expertinnen und Experten des Wissenschaftlichen Beirats, Adresslisten von HNO-Ärzten, Therapeuten oder Hörakustikern, die bestens mit dem Thema Tinnitus vertraut sind, oder können im DTL-Klinikwegweiser nach Tinnitus- oder Reha-Kliniken suchen. Unter www.tinnitus-liga.de gibt es viele hilfreiche Informationen rund um Tinnitus, Hörsturz, Morbus Menière (Drehschwindelerkrankung) oder Hyperakusis (Geräuschüberempfindlichkeit).

Bildunterschriften:

Beide Abbildungen: © DTL.

Über die Deutsche Tinnitus-Liga e. V. (DTL)

Die Deutsche Tinnitus-Liga e. V. (DTL) vertritt als gemeinnützige Selbsthilfeorganisation die Interessen der Patientinnen und Patienten mit Tinnitus, Hörsturz, Hyperakusis und Morbus Menière sowie ihrer Angehörigen. Rund 11.000 Mitglieder machen die DTL zum größten Tinnitus-Zusammenschluss in Europa und zur anerkannten Partnerin des Gesundheitswesens in Deutschland. Ca. 500 Fachleute gehören der DTL als fördernde Mitglieder an, darunter renommierte Wissenschaftler, HNO-Ärzte, Ärzte weiterer Disziplinen, Hörakustiker, Psychologen und Therapeuten. Außerdem werden rund 60 Selbsthilfegruppen in Deutschland durch die DTL betreut. Gegründet wurde die Deutsche Tinnitus-Liga e. V. 1986 in Wuppertal – sie feiert in diesem Jahr ihr 40-jähriges Bestehen.

Weitere Infos: www.tinnitus-liga.de · Facebook: Deutsche Tinnitus-Liga e.V. · Instagram: deutsche_tinnitus_liga

Pressekontakt:

Deutsche Tinnitus-Liga e. V. (DTL) · Sabine Wagner · Am Lohsiepen 18 · 42369 Wuppertal
Tel.: 0202 24652-24 · Fax: 0202 24652-20 · E-Mail: s.wagner@tinnitus-liga.de