

Kurzzeit-Tinnitus therapie

(ohne Anspruch auf Erstattung durch die Kostenträger)

Dauer der Therapie

2 Wochen

Ziele der Kurzzeit-Tinnitus therapie

- Ziel ist es mehr Gelassenheit gegenüber den Ohrgeräuschen zu entwickeln. Der Patient lernt, seine Ohrgeräusche entspannt zu hören, gleichgültiger zu werden. Er kann Assoziationen zu anderen, weniger störenden Geräuschen entwickeln (z.B. Rauschen der Blätter, Wind).
- Statt Angst und Hilflosigkeit angesichts des bislang als unkontrollierbar erlebten Tinnitus soll Vertrauen in den eigenen Körper aufgebaut werden (Arbeit mit dem inneren Heiler)
- Durchbrechen des Tinnitus-Teufelskreises

Leistungen:

- Beratung (Counselling), Versachlichung des „Dämons“ Tinnitus durch Aufklärung und Beratung
- 6x Einzel-Psychotherapie (davon mindestens 3 hypnotherapeutische Sitzungen)
- 4x Physiotherapie (manuelle Therapie im Bereich der oberen HWS und der Kiefergelenke)
- 4x Ohrakupunktur
- Entspannungstherapie (Yoga, Tai Chi Gong, PMR, Biofeedback)
- Reflexzonenmassage
- Stressmanagement (herausarbeiten individueller Stressoren und Entwicklung von Bewältigungsmöglichkeiten)
- Sporttherapie (Nordic Walking, Wassergymnastik und medizinische Trainingstherapie)
- Achtsamkeitsgruppe
- Gesunde Ernährung (Ernährungsberatung)
- Ärztliche Untersuchung (Behandlung und Beratung)
- Pflegerische Betreuung
- Übernachtung und Vollpension (Bio-Küche) alle Diäten
- Wanderungen
- Freiluftliegekur
- Schwimmbad & Sauna
- Lesungen, Konzerte
- Abholservice vom nächstgelegenen Bahnhof

Preis für 2 Wochen: € 3.500

Die Kurzzeit-Tinnitus therapie kann auf Wunsch und im ärztlichen Einvernehmen wochenweise verlängert werden.