

Editorial

3 Elke Knör

Inhalt

4 und Impressum

Essay

6 Wenn es nur einmal so ganz stille wäre...

9 Neujahrswünsche der DTL

Schwerpunktthema

10 Angstfrei atmen

12 Wenn das Atmen wieder Freude macht



14 Erfahrbarer Atem

17 Wahrnehmung der drei Atemräume

18 Buchtipp: Alles ist Yoga

19 Die Tinnitus-Atemtherapie® (TAT)

Wissenschaft

20 Die magnetische Ankopplung von Knochenleitungshörgeräten ohne offene Implantate – Prinzip und erste Ergebnisse einer neuen Knochenleitungsverorgung

25 Ablenkungs- und Entspannungstraining bei Tinnitus

26 X. Internationales Tinnitus-Seminar (ITS)

27 Weitere genetische Ursache für altersbedingte Schwerhörigkeit gefunden

28 Räumliches Hören – Konzepte und Ergebnisse

87 Wie gut sind knochenverankerte Hörgeräte und worin unterscheiden sie sich?

Aktuelles

30 Bislang mehr als 4000 Teilnehmer an der Tinnitusstudie der medizinischen Fakultät Mannheim!! · Arzt-Patienten-Seminar in Bochum

31 Arzt-Patienten-Seminar in Göttingen 10.10.2010

32 Ankündigung 10 Jahre Dresdner Zentrum für Tinnitus-Retraining-Therapie · Tinnitus Kompaktkuren in Bad Salzuflen

33 Gruppenvertrag „Zahnzusatzversicherung“ mit der Barmenia Krankenversicherung a.G. · Ankündigung Symposium „Tinnitus und Störungen im Hörsystem – aktuelle neurootologische und psychosomatische Therapieansätze“

34 Mit neuen Partnern in die Offensive

35 Zur Einstimmung auf das DTL-Jubiläum in 2011: Wie die Zeit vergeht – Rückblick 2001 - 2005 in Stichpunkten

38 Programm 2. Europäischer Tinnitus-Kongress in Bonn-Bad Godesberg · Liste der Mitglieder der ERSTEN STUNDE

Praxis

40 Psychologische Grundlagen der Tinnitus-Akzeptanz

49 Tinnitus-Shop

53 Leserservice

Praxis

59 Barotraumen – flugassoziierte Ohrenbeschwerden: Pathogenese und Prävention

61 Wendepunkt zur Heilung

64 Infraschall: Der stille Feind · Entrümpeln befreit Haus und Seele

Internationale Presseschau

65 Themen, Thesen, Therapien – Bericht über die 4. TRI Tinnitus Konferenz

66 Der Umgang mit Tinnitus will gelernt sein

68 Aufbruchstimmung bei den Tinnitusforschern

Sozialrecht

69 Schwindel und Gleichgewichtsstörungen nach den neuen „Versorgungsmedizinischen Grundsätzen“

Leserbriefe

74 „Mutter's Rat“ – oder „Mein Bestes“

75 Erfolgreiche Therapie · Extra-Energie für Schwerhörige – Selbsthilfe mal ganz praktisch

76 „Musiktherapie“ – einmal ganz anders

77 Tinnitus in der Bundeswehr?

Fragen, Antworten, Kontakte

77 Mit Morbus Menière ins Fitness-Studio · Tinnitus abgetaucht?

Hören

78 Ein Test der Sinne im Dunkelkaufhaus Wetzlar

79 Rückblick auf Hör- und Kommunikationsseminar in Bad Nauheim vom 26.-29.08.2010

81 Wege aus der Altersschwerhörigkeit

82 Seminarangebot: Hör- und Kommunikationstaktik für Schwerhörige

Hirnleistungstraining

83 Platz-Kontrolle

Nachrichten

84 Einsame werden zusammen noch einsamer · Prothesen-Pass hilft beim Einchecken · Magnesiumtherapie bei Herzbeschwerden und Burnout · Frauen essen anders als Männer

85 Düfte lindern Schmerzen · Hochdosierte B-Vitamine bremsen Hirnatrophie im Alter · Rosmarin – die Heilpflanze des Jahres 2011 · Induktionskochen: Gefahr für Herzschrittmacher?

Schweiz

86 Ein Abend mit der Kammerakademie Potsdam

Schule des Hörens

- 88** SoundART Köln 2010 im „Untergrund“
89 Jahresversammlung der INITIATIVE
HÖREN - OPEN AUDITIONS

DTL-intern

- 90** Förderung durch die Spitzenverbände
der Krankenkassen in 2010
91 Vorstellung Reinhard Heise - Die DTL-
BERATER unterstützen die LIGA
92 Vom Vorstandstisch

93 Frühlingsgruß der DTL

Gruppen

- 94** Gruppen unterwegs
95 Was in den Gruppen geschieht
96 Änderungen
97 Gruppen in der Öffentlichkeit
99 Gruppenauflösungen
100 Verzeichnis der Selbsthilfegruppen

Bücher

- 104** Tinnitus: Gesellschaftliche Dimension,
Psychodynamik, Behandlungskonzepte
105 Erst lieb ich mich, dann find ich dich

Termine

- 106** Messen, Symposien, Vorträge, Seminare

- 107** Mitglieder-Dienste der DTL