

## Editorial

- 3 Michael Bergmann, Prof. Dr. Gerhard Goebel

## Inhalt

- 4 und Impressum

## Essay

- 6 Das Gebot der Zeit: Sorgfältiger mit sich selbst umgehen

## Schwerpunktthema

- 9 **Hyperakusis – ein vernachlässigter Beschwerdekomples bei Tinnitus und Schwerhörigkeit**



- 14 Die Assoziation von Hyperakusis mit Geräuschvermeidung

- 15 The Hyperacusis Network: Ein US-amerikanisches Netzwerk für Menschen mit Geräuschüberempfindlichkeit

## Wissenschaft

- 18 CI und Tinnitus

- 19 Tinnitus Research Initiative (TRI) – 7. Internationale Tinnitus-Konferenz in Valencia

- 20 TRT plus kognitive Verhaltenstherapie – ein Therapieansatz mit Potenzial

- 22 Internet-Selbsthilfetraining für Tinnitus-Betroffene: Neue Ergebnisse der deutsch-schwedischen Studie

## Aktuelles

- 24 Nochmaliger Aufruf zur Beteiligung an der Studie über die Wirksamkeit der Selbsthilfe in der DTL

## Aktuelles

- 25 Projektwoche in einem Kulmbacher Kindergarten und weitere Aktionen der DTL zum „Tag gegen Lärm“ – „Prävention von Beginn an“

- 28 15 Jahre Österreichische Tinnitus-Liga (ÖTL) · DTL-Stellungnahmen zur Sonosan-Therapie und zum Neuromodulator

- 29 Expertensymposium in Prien am Chiemsee: 25 Jahre Spuren im Tinnitus

- 31 Ankündigung 7. Arzt-Patienten-Seminar in Berlin

- 32 Bericht zum Arzt-Patienten-Seminar in Rostock

- 33 Ankündigung Jubiläumsfeier 20 Jahre SHG Tinnitus Gelnhausen · Ankündigung X. Süddeutsches Tinnitus-Symposium Bad Grönenbach

- 34 Bericht Arzt-Patienten-Seminar in Erlangen: „Was tun bei Tinnitus und weiteren Hörschädigungen?“

- 35 Vorbericht 18. Bad Arolser Tinnitus-Symposium: Traditionsveranstaltung mit namhaften Experten

## Praxis

- 36 Interview mit Sissi Perlinger: Der Weg der Entertainerin nach Hörsturz und Tinnitus

- 39 Tinnitus – zwischen Verzweiflung und Hoffnung (Teil 2)

- 42 Diktatur der Zuversicht?!

## Tinnitus-Shop

## Internationale Presseschau

- 51 Eine Wohltat für die Ohren

- 52 Wanted: Niederländisch-Übersetzer für die Internationale Presseschau des TF gesucht

## Hirnleistungstraining

- 53 Trinkwasser-Kontrolle

## Soziales & Recht

- 54 Die Zukunft der Hörgeräteversorgung: Steuert Deutschland auf ein Festzuschussystem zu?

- 56 Auf dem Weg zum neuen Hörgerät

- 57 Leichter Einnahmeüberschuss in der Pflegeversicherung

- 58 Abschirmung von Elektromog steuerlich absetzbar · Stolperfalle beim Krankengeld vermeiden · Ratgeber zur gesetzlichen Krankenversicherung

## Leserbriefe

- 59 Leserbriefe zu „Drei Wünsche des Vorstands an die Mitglieder der DTL“, Tinnitus-Forum 1/2013

- 60 Leserbrief zum Essay „Lebensstabilität entsteht im Kopf. Instabilität auch!“, Tinnitus-Forum 1/2013

- 61 Auszug aus dem Leserbrief zum Thema „Lärm“, Tinnitus-Forum 1/2013

## Fragen, Antworten, Kontakte

- 62 Tinnitus nur tagsüber sowie vor TV und PC aktiv – mit Antwort von Prof. Dr. Goebel

## Hören

- 64 Musikalische Untermalung in Radio und Fernsehen

- 66 Forschung: Hören und Sprachverstehen

- 67 Netzwerk Hörbehinderung Bayern gegründet

## Nachrichten

- 68 „Tag des Hörens“ · EU-Führerschein gilt 15 Jahre · Tipps gegen Rückenschmerzen: Bewegung hilft · Erste Hilfe: Beherrztes Eingreifen rettet Leben · Aromatherapie kann Stimmung heben

- 69 Gesundheitsausgaben für 2011 · Arzneimittelsicherheit: Schwarzes Dreieck mit Signalwirkung · Das macht müde Füße munter · Deaflympics – Olympische Spiele für Gehörlose

Täglich ligafrische Nachrichten: [www.tinnitus-liga.de](http://www.tinnitus-liga.de)

## Schule des Hörens

- 70** AUDITORIX: Neue Lerneinheiten für die Schule mit Bezug zum Medienpass NRW
- 71** Gute Musik für Kinder – LEOPOLD Medienpreis des Verbandes deutscher Musikschulen

## Schweiz

- 72** „Wenn ich zur Ruhe komme, dann wird der Tinnitus leiser“
- 73** Eine altindische vedische Lehre zeigt eine neue Richtung, sich vom Tinnitus-Leiden zu befreien

## DTL-intern

- 74** Aus der Arbeit von Vorstand und Geschäftsführung
- 75** Umstellung auf SEPA (Single Euro Payments Area) – einheitliches Euro-Zahlungssystem · 16. Jahrestreffen der Klinikvertreter und 8. TRT-Treffen

- 76** Aktion „Mitglieder werben Mitglieder“

- 78** Auf einen Blick: Mitglieder-Dienste der DTL


## Gruppen

- 82** Gruppen unterwegs
- 83** Neue Gruppe · Gruppen in der Öffentlichkeit
- 84** Änderungen
- 85** Was in den Gruppen geschieht
- 86** Gruppenliste im Querformat

## Termine

- 91** Messen, Symposien, Vorträge, Seminare

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in unserer Zeitschrift auf die gleichzeitige Verwendung der weiblichen und männlichen Sprachform verzichtet. Die weibliche Form ist selbstverständlich immer mit eingeschlossen.

 = Die Themen unseres Titels



## Vorschau

TF 4 / November 2013

### Themen:

- Leben mit Schwerhörigkeit
- Gutartiger Lagerungsschwindel
- Nachbericht Königswinter

## IMPRESSUM

### Herausgeber und Verleger

Deutsche Tinnitus-Liga e. V.  
gemeinnützige Selbsthilfeorganisation  
gegen Tinnitus, Hörsturz und  
Morbus Menière  
1. Vorsitzender: Volker Albert  
Stellv. Vorsitzender: Prof. Dr. Dr. Gerhard Goebel  
Postfach 210351, 42353 Wuppertal  
Am Lohsiepen 18, 42369 Wuppertal-Ronsdorf,  
Telefon (Zentrale): 0202 24652-0  
Telefax: 0202 24652-20  
Internet: <http://www.tinnitus-liga.de>  
E-Mail: [dtl@tinnitus-liga.de](mailto:dtl@tinnitus-liga.de)

Mitgliederverwaltung,  
Telefon: 0202 24652-23 oder -22

### Bank und Spendenkonto

Bank für Sozialwirtschaft, Köln  
BLZ 370 205 00, Konto: 70 89 100  
BIC: BFSWDE33  
IBAN: DE10 3702 0500 0007 0891 00

**Auflage**  
18.000

### Chefredaktion

Michael Bergmann (MB)

### Redaktion

Sabine Wagner (SW)  
Sybille Heil (SH/Gruppen)

### 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 vor. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt.

### Anzeigenpreisliste

Nr. 17 ab 1. Januar 2013

### Anzeigenverwaltung

Sieler Medienkontor GmbH, Oliver Kämper  
Itterstr. 35, 42719 Solingen  
Telefon: 0212 520888-62, Fax: 0212 520888-69  
E-Mail: [kaemper@ksw.de](mailto:kaemper@ksw.de)

### Gesamtherstellung

KS.W Media GmbH  
Itterstr. 35, 42719 Solingen  
Telefon: 0212 520888-62, Fax: 0212 520888-69  
[www.ksw.de](http://www.ksw.de), E-Mail: [info@ksw.de](mailto:info@ksw.de)

### Bildnachweis

Titelbild: Prof. Dr. Gerhard Goebel; S. 3: DTL-Archiv; S. 9: shutterstock; S. 19: Ciudad de las Artes y de las Ciencias; S. 25: Bernd Daubitz; S. 26: Friedrich-Wilhelm Trottmann/Mitglied SHG-Göttingen/Iris Hohenstein; S. 29-31: Eva Weis/Schön Klinik Roseneck; S. 32: Teilnehmer APS Rostock; S. 34: Antje Jonas; S. 35: Schön Klinik Bad Arolsen; S. 56: Widex Hörgeräte; S. 74: DTL-Archiv, S. 75: Teilnehmer Klinikvertretertreffen; S. 82 ff.: SHG-Teilnehmer (s. Text); Cartoons: Christian Born (BOB)

### Redaktionsschluss

jeweils zum 1. März, 1. Juni, 1. September, 1. Dezember. 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. 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.