

## Inhalt

### Editorial

- 3 Michael Bergmann

### Inhalt

- 4 und Impressum

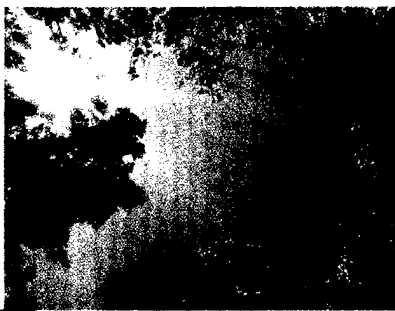
### Essay

- 6 Den Neuanfang wagen · Interview mit Johannes Czwalina: „Alles, was bisher wichtig war, wird plötzlich zweitrangig“

### Neujahrsgruß der DTL

### Schwerpunktthema

- 10 Psychosomatische Rehabilitation bei Tinnitus



- 13 Kampagne „Meine Reha – Mein Leben“

- 14 Der Integrationsfachdienst (IFD) – begleitende Hilfen am Arbeitsplatz

- 16 Humor hilft heilen

### Wissenschaft

- 19 Die ausbleibende „Rück-Anpassung“ auf eine vestibuläre Krise als Grundlage eines chronifizierenden Schwindels

- 25 Achtung: Fehlerteufel!

- 26 Bei Tinnitus-Betroffenen werden Emotionen in anderen Hirnarealen verarbeitet

- 27 Intratympanale Therapie mit Kortison bei Hörsturz und Innenohr-bedingtem, akutem Tinnitus

### Aktuelles

- 28 DTL-Vizepräsident Prof. Gerhard Goebel erhält Förderpreis der Stiftung Forschungsgemeinschaft Deutscher Hörgeräte-Akustiker

- 29 Patienten-Seminar der DTL in Berlin: „Wenn Ohrgeräusche zur Qual werden“ · „Überfall“ auf DTL-Infostand

- 30 Neue Selbsthilfegruppe in Leipzig gegründet

- 31 Patienten-Seminar in Neubrandenburg

- 32 Ankündigung Patienten-Seminar in Jena · Tag des Hörens in Coburg

- 33 Gefragt: Ihre ganz persönlichen Erfahrungen mit dem Thema Selbsthilfe · „Tag gegen Lärm“ am 29. April

- 34 Deutsche Tinnitus-Liga e. V. präsentierte sich mit sehr guter Resonanz auf der RehaCare

### Praxis

- 35 TF-Serie: Achtsamkeit & Entspannung: Tai Chi Chuan – Ein Weg, der entsteht, wenn man ihn geht

- 39 Wege aus der Übersäuerung: Säure-Basen-Balance – Teil 1

### Internationale Presseschau

- 44 Tinnitus und Osteopathie

### Tinnitus-Shop

### Leserservice 2014

### Autorenverzeichnis 2014

### Internationale Presseschau

- 58 „Ich lasse mein Leben durch die Menière-Krankheit nicht einschränken“

### Soziales & Recht

- 60 Regelungen im ambulanten und stationären Bereich: Zuzahlungen und Belastungsgrenze in der GKV – Teil 1

- 62 VdK: Verfassungsbeschwerde für menschenwürdige Pflege eingereicht

- 63 Krankenkasse muss trotz Festbetragsregelung Kosten für höherwertiges Hörgerät übernehmen

- 64 Kostenübernahme für Rauchwarnmelder · G-BA: Hilfsmittel-Richtlinie „Verordnung und Auswahl von Hörhilfen“ aktualisiert

### Fragen, Antworten, Kontakte

- 65 Besonderes Problem meiner Tinnitus-Erkrankung

### Hören

- 66 Gemeinsame Erklärung von DTL und biha: „Tinnitus erfordert unser gemeinsames Handeln“

- 67 „Das Hörgerät als Alltagsbegleiter“

- 69 Das Ziel: Weltweites induktives Hören

- 70 Seminarangebot 2015: Hör- und Kommunikationstaktik für Schwerhörige

### Nachrichten

- 71 DTL-Patenschaft für Detmolder Hörparcours · Gesundheitsstudie NAKO soll Volkskrankheiten erforschen · Im Winter wichtig: Raus an die frische Luft! · „Ich beim Arzt“: Tipps für eine bessere Kommunikation

### Schule des Hörens

- 72 Die AUDITORIX-Hörbuchsiegelvergabe 2014/15

### Schweiz

- 74 Pflanzliche Arzneimittel bei Tinnitus und Hyperakusis

Immer aktuell: [www.tinnitus-liga.de](http://www.tinnitus-liga.de)

## DTL-intern

- 76 Aus der Arbeit von Vorstand und Geschäftsführung
- 80 Herzlichen Dank! Förderung durch die Krankenkassen und die Deutsche Rentenversicherung in 2014
- 81 Supervisionsseminar für Gruppenleiter in Bovenden
- 82 Supervision der DTL-Berater in Bebra
- 84 Auf einen Blick: Mitglieder-Dienste der DTL

## Hirnleistungstraining

- 83 Versteckte Speisen und Getränke

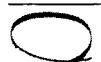
## Gruppen

- 88 Gedanken zum zehnjährigen Bestehen der SHG Tinnitus Werder
- 89 Neue Gruppen
- 90 Gruppen in der Öffentlichkeit
- 91 Gruppe löst sich auf
- 92 Was in den Gruppen geschieht
- 93 Gruppen unterwegs
- 94 Gruppenliste im Querformat

## Termine

- 99 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 2 / Mai 2015

### Themen:

- Inklusion
- Tinnitus bei Jugendlichen
- Naturgärten

## 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**  
17.500

**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 Fernseh-aufzeichnung vor. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt.

**Anzeigenpreisliste**  
Nr. 19 ab 1. Januar 2015

**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: Rose im Schnee; S. 3: DTL-Archiv; S. 9: ©silverjohn/fotolia; S. 10: ©Smileus/fotolia; S. 16-18: Hans-Martin Bauer; S. 35-38: Gerlinde und Tom Kroker; S. 72-73: Schule des Hörens/Initiative Hören; S. 76: DTL-Archiv; 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.