

Gemeinnützige  
Selbsthilfeorganisation  
gegen Tinnitus,  
Hörsturz und  
Morbus Menière



Deutsche  
Tinnitus-Liga e.V. (DTL)

*Ich höre was,  
was du nicht hörst!*

**Tinnitus**

## *Tinnitus – ein weit verbreitetes Phänomen*

**I**n Deutschland leben gegenwärtig etwa 4% der Menschen mit einem chronischen Tinnitus. Das sind fast drei Millionen Mitbürger. Darunter befinden sich 5 % Jugendliche und Kinder. Jährlich kommen eine viertel Million Menschen hinzu, die mit andauerndem Tinnitus konfrontiert sind. Zu diesem Ergebnis kam eine epidemiologische Tinnitus-Studie, die vor einigen Jahren von der Deutschen Tinnitus-Liga initiiert wurde.

Als Tinnitus bezeichnet man unterschiedliche Hörempfindungen, die eins gemeinsam haben: Menschen hören Geräusche im Ohr oder im Kopf, die in der Regel nur von den Betroffenen selbst wahrgenommen werden. Tinnitus ist – zumindest in der Anfangsphase – ein Krankheitssymptom. Er kann sowohl ein Symptom einer akuten Ohrerkrankung sein, als auch auf Störungen in anderen Organen hinweisen, die sich auf das Hörsystem auswirken können. Belastende Stresssituationen können ebenfalls zum Entstehen von Ohrgeräuschen beitragen.

Auch der Hörsturz ist häufig von Tinnitus begleitet. In seiner komplexen Form kann Tinnitus mit seelischen Lebensbeeinträchtigungen einhergehen, wie z.B. Leistungsabfall, Schlaf- sowie Konzentrationsstörungen und Depressionen.

Ohrgeräusche sollten möglichst rasch nach ihrem Auftreten abgeklärt werden. Dazu suchen Sie ihren HNO-Arzt auf! Eine wissenschaftliche Untersuchung hat ergeben, dass DTL-Mitglieder eine bis zu 7-fach höhere Besserungschance haben als Nichtmitglieder.

*Wenn Sie mehr über Ursachen und Therapien wissen möchten, fordern Sie bitte mit der Antwortkarte die Sie interessierenden Broschüren aus unserem umfangreichen Informationsangebot an. Rat und Tipps finden Sie auch in unserer Broschüre „Tinnitus von A bis Z“. Akustische Beispiele von Ohrgeräuschen bietet Ihnen unser DTL-Info-Telefon unter (0202) 246 52 72.*

## *Leben mit Tinnitus*

**S**elbst wenn die Ohrgeräusche nach der Akutphase bleiben, können Sie sehr gut lernen, diese zu überhören. Das gelingt bei mehr als der Hälfte der Betroffenen schon nach kurzer Zeit: Sie fühlen sich gar nicht mehr, oder nur gering gestört. Es kommt darauf an, sich sofort anderen akustischen Quellen auszusetzen und sich nicht in die Stille zurückzuziehen. Oft verschwindet der Tinnitus dann auch wieder.

Die Betroffenen können und müssen zur Besserung ihrer Lebensqualität selbst beitragen, indem sie sich umfassend informieren, fachliche Hilfe in Anspruch nehmen, gegebenenfalls Kontakte zu Gleichgesinnten in Selbsthilfegruppen aufnehmen. So tritt ein Lernprozess ein, an dessen Ende ein unbeschwertes Leben trotz Tinnitus steht. Eine wichtige Aussage gibt es für alle Betroffenen: „Tinnitus ist in den allermeisten Fällen harmlos“. Eine gute Nachricht.

Auch die Statistik beweist:

Die Aussichten auf Heilung und Besserung sind außerordentlich gut. Die meisten Betroffenen schaffen es, durch Behandlung, gesunde Lebensführung, positives Denken, Entspannungsübungen und soziale Kontakte den Tinnitus zu überwinden.

Die Deutsche Tinnitus-Liga ist mit ihren vielfältigen Mitgliederdiensten auf diesem Weg Begleitung und Hilfe.

*Viermal im Jahr erscheint das international ange-sehene Spezial-Magazin „Tinnitus-Forum“. Es informiert sowohl Betroffene als auch Fachleute über die neuesten medizinischen und therapeutischen Entwicklungen. Mehr zum Thema erfahren Sie unter [www.tinnitus-liga.de](http://www.tinnitus-liga.de). Unser Tinnitus-Shop hält ein großes Angebot an ausgewählten Büchern und CDs mit Musik zur Entspannung bereit. Fordern Sie den speziellen Tinnitus-Fragebogen an. Für 25€ (Kostenlos für Mitglieder) wird er individuell beantwortet und kann für Sie eine große Hilfestellung sein.*

# *Rundum betreut als Mitglied der Deutschen Tinnitus-Liga*

**A**ls Mitglied der Deutschen Tinnitus-Liga teilen Sie Ihre Probleme mit sehr vielen Menschen, die wie Sie von Tinnitus betroffen sind. Die DTL ist die größte und einflussreichste Tinnitus-Organisation und darüber hinaus die einzige unabhängige Patienten-Beratungsstelle für Tinnitusbetroffene, d.h. sie ist frei von kommerziellen Interessen. Sie arbeitet mit fast 500 Fachleuten zusammen, von deren Kenntnissen und Erfahrungen Sie als Mitglied der Deutschen Tinnitus-Liga profitieren.

Die Vielfalt der Informationen und Angebote in den Medien und im Internet machen es dem Einzelnen immer schwerer, sich zu orientieren. Wenden Sie sich mit Ihren Fragen an uns. Wir stellen Ihre Interessen in den Mittelpunkt. Nur ein gut informierter Patient ist in der Lage, sein Leben mit Tinnitus selbst in die Hand zu nehmen.

## *Unser Beratungsangebot für Mitglieder rund um das Ohr:*

- Informationen über Tinnitus, Hörsturz, Hyperakusis, Morbus Menière und seriöse Behandlungsmethoden
- Beratung in Krisensituationen
- Hilfe bei der Suche nach einer geeigneten Klinik
- Vermittlung von Kontakten zur Selbsthilfe
- Ihre Rechte als Patient
- Beantwortung sozialrechtlicher Fragen

## *Unsere persönlichen Beratungsangebote:*

- Individuelle Beratung am Telefon
- Telefonische Arztsprechstunde
- Anwaltsprechstunde (allgemeine Rechtsberatung)
- Psychologensprechstunde
- Zentrale der DTL 0202 24652-0  
Mo-Fr 9.00 - 12.00, Di u. Do 14.00 - 16.00 Uhr

# Die Deutsche Tinnitus-Liga – von Betroffenen für Betroffene

**D**ie Deutsche Tinnitus-Liga ist eine Selbsthilfeorganisation der Tinnitus-, Hörsturz-, Hyperakusis- und Morbus Menière-Patienten und ihrer Angehörigen. Mit ihren ca. 11.000 Mitgliedern ist sie ein anerkannter Partner im deutschen Gesundheitswesen.

So hat sich die Deutsche Tinnitus-Liga dafür eingesetzt, dass sich „Tinnitus“ als Bezeichnung eines ernst zu nehmenden Leidens eingepreßt hat. Sie verhalf ihm zur Anerkennung als eigenständige Behinderung im Sozialrecht und setzte sich für eine wesentliche Verbesserung der therapeutischen Situation ein.

Trotz dieser – und vieler anderer – Erfolge steht die DTL weiter vor großen Herausforderungen: Es gilt, die Bemühungen um die Weiterentwicklung und Etablierung von Therapien zu verstärken. Dazu ist eine breite Öffentlichkeitsarbeit mit einer starken Patientenorganisation notwendig.

So tragen Sie durch eine Mitgliedschaft in der DTL erheblich dazu bei, die notwendigen Verbesserungen anzugehen und zu verwirklichen. Denn alle Leistungen finanzieren wir durch Mitgliedsbeiträge und Spenden. Als Mitglied der Deutschen Tinnitus-Liga sind Sie in einem starken Verbund von Betroffenen, die die Belange der Patienten stärken und viel bewirken können.

## *Kontakt*

Deutsche Tinnitus-Liga e.V. (DTL)  
Postfach 21 03 51 · 42353 Wuppertal  
Tel.: 0202 24652-0  
Fax: 0202 24652-20  
E-Mail: [dtl@tinnitus-liga.de](mailto:dtl@tinnitus-liga.de)  
Internet: [www.tinnitus-liga.de](http://www.tinnitus-liga.de)  
DTL-Info-Telefon:  
Beispiele von Ohrgeräuschen  
0202 24652-72

Folgen Sie uns!



Deutsche Tinnitus-Liga e.V.



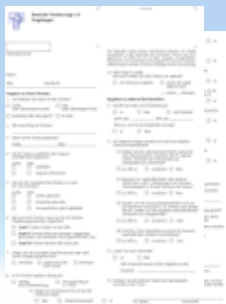
[deutsche\\_tinnitus\\_liga](https://www.instagram.com/deutsche_tinnitus_liga)

## *Unsere Angebote*

- individuelle Beratung
- Arztgesprächstunden
- Psychologensprechstunden
- Rechtsberatung
- Seminare
- Fortbildungen

# Info-Broschüren

Fragebogen  
wird individuell  
ausgewertet



## Info-Broschüren rund um das Ohr

- Tinnitus-Info
- Akuter Tinnitus / Hörsturz
- Morbus Menière
- Schwerhörigkeit
- Hyperakusis - Geräuschüberempfindlichkeit
- Tinnitus-Bewältigungs-Therapie
- Tinnitus bei Kindern und Jugendlichen
- Stressbewältigung
- Schwerbehinderung/ Berufskrankheit/ Erwerbsunfähigkeit
- Lärm
- Halswirbelsäule und Tinnitus
- HWS-/Tinnitus-Test
- Kiefergelenk und Tinnitus
- Induktive Höranlagen
- Musiktherapie

Für Mitglieder kosten-  
los. Nichtmitglieder  
bitten wir um eine  
Kostenbeteiligung von  
3 € (bis 5 Ex.)  
bzw. 5 € (ab 6 Ex.)



## „Tinnitus von A-Z“

– eine Sammlung von  
Fragen und Antworten  
rund um das Thema  
Tinnitus auf 112 Seiten.  
(für Mitglieder und  
Nicht-Mitglieder 12 €.)



**DTL Klinik-  
Wegweiser**

für die Behandlung von Tinnitus,  
Hörsturz und Morbus Menière

**DTL-Klinik-Wegweiser für  
Tinnitus-Behandlungen**

## Spendenkonto

Bank für Sozialwirtschaft Köln,  
IBAN:

DE 1037 0205 0000 0708 9100

BIC: BFSWDE33XXX

*Ich bitte um Übersendung folgender Informationen:*

- Tinnitus-Info
- Akuter Tinnitus / Hörsturz
- Morbus Menière
- Schwerhörigkeit
- Hyperakusis - Geräuschüberempfindlichkeit
- Tinnitus-Bewältigungs-Therapie
- Tinnitus bei Kindern und Jugendlichen
- Stressbewältigung
- Schwerbehinderung / Berufskrankheit / Erwerbsunfähigkeit
- Lärm
- Halswirbelsäule und Tinnitus
- HWS-/ Tinnitus-Test
- Kiefergelenk und Tinnitus
- Induktive Höranlagen
- Musiktherapie

*Besonders umfangreiche Informationen:*

- DTL-Klinik-Wegweiser für Tinnitus-Behandlung (15 € für Nichtmitglieder, für Mitglieder kostenlos gegen Einsendung eines mit 1,60 € frankierten DIN A4-Umschlags)
- Fragebogen und Auswertung 25 €

Im Rahmen unseres Mitglieder-Services halten wir die oben genannten Broschüren kostenlos für Sie bereit. Interessierte Nichtmitglieder bitten wir um einen Betrag von 3€ (bis 5 Ex.) bzw. 5 € (ab 6 Ex.) zur Deckung unserer Kosten.

**Bank für Sozialwirtschaft Köln**

**IBAN: DE 1037 0205 0000 0708 9100 BIC: BFSWDE33XXX**

*Ich möchte Mitglied der DTL werden.*

- A**  Ich zahle bis auf schriftlichen Widerruf einen erhöhten Jahresbeitrag von \_\_\_\_\_ €
- B**  Ich zahle den MINDESTjahresbeitrag als Betroffene/-r/ Angehörige/-r von 50 €
- C**  Für Fachleute: Ich zahle den MINDESTjahresbeitrag als Förderer/in von 75 €
- D**  Ich kann nur den verminderten Beitrag von 25 € jährlich zahlen (monatliches Haushaltseinkommen unter 1.000 €; bitte belegen).

Der Beitragszeitraum ist das Kalenderjahr. Der Austritt erfolgt schriftlich unter Einhaltung einer Kündigungsfrist von zwei Monaten zum Jahresende.

**Absender:**

Ich möchte Mitglied der DTL werden:

ja  nein

Name: .....

Straße: .....

PLZ/Ort: .....

Telefon: ..... E-Mail: .....

Beruf: ..... Geburtsdatum: .....

Empfehlung von: .....

Betroffen von: ja nein (Zutreffendes bitte ankreuzen)

- Tinnitus

- Schwerhörigkeit

- Morbus Menière

**Einzugsermächtigung:**

(Bitte unbedingt erteilen; nur in begründeten Fällen ist eine Ausnahme möglich)

IBAN: ..... BIC: .....

Name der Bank: .....

Datum, Unterschrift .....



**Deutsche  
Tinnitus-Liga e.V. (DTL)  
Postfach 21 03 51  
42353 Wuppertal**