

## Tiinnitus nicht im Griff

**Beitrag von „Alte Lehrerin“ vom 29. September 2025 15:54**

Hallo,

ich habe seit vielen Jahren Tinnitus, schon 'zig Ärzte konsultiert, alle gängigen Therapien und Alternativtherapien ausprobiert, keine Besserung, im Gegenteil. MRT zeigt nichts.

Ich kann weder einschlafen, noch durchschlafen, noch ohne Anstrengung und Kopfschmerzen unterrichten. Dazu kommt, dass die neuen 5er ständig bei jeder Gelegenheit klatschen - gut, der Rest der Klasse schläft dann nicht ständig ein, aber ich zucke nur noch zusammen.

Habt ihr vielleicht Vorschläge - wie kommt ihr mit eurem Tinnitus zurecht?

Vielen Dank im Voraus.