

Tinnitus nicht im Griff

Beitrag von „Alte Lehrerin“ vom 29. September 2025 21:56

Ja, mag sein, dass der Tinnitus auch mal weg geht, - darauf warten möchte ich nicht, sondern aktiv nach Lösungen suchen.

Es kann doch nicht sein, dass so ein Geräusch das ganze Leben bestimmt. Z. B., geht man nicht mehr gerne auf Feste oder zum Tanzen, weil es einfach den Tinnitus verstärkt. Und man muss immer wieder daran denken, weil es einfach unheimlich nervig ist.

Ich lese jetzt mal das neue Buch, das mir von Caro07 empfohlen wurde, es kommt schon morgen an.

Danke für eure Beiträge!

Ach so, Zähneknirschen habe ich auch, bekomme auch nicht weg, trotz gezielter Physiotherapie.