

# Tinnitus nicht im Griff

Beitrag von „CDL“ vom 30. September 2025 01:13

## [Zitat von Alte Lehrerin](#)

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

Psychotherapie auch schon versucht? Verhaltenstherapie wird bei Tinnitus ja durchaus empfohlen und wenn dabei etwas tiefer gegraben wird im Sinne der Ursachenforschung, können auch durchaus noch andere Ursachen fürs Zähneknirschen (oder auch den Tinnitus) herauskommen und bearbeitet werden als ein stressiger Job.