

# Tiinnitus nicht im Griff

Beitrag von „Alte Lehrerin“ vom 30. September 2025 19:20

## Zitat von Palim

Eine Freundin hat es gerade akut und sie hat eine Beißschiene - wegen des Knirschens  
- und über den Zahnarzt Physiotherapie verordnet bekommen,

auch Osteopathie hat sie probiert, das hilft teilweise.

Habe ich leider alles schon durch - sogar Psychotherapie.

Bislang hat nichts geholfen. Der Job und Familie sind aber auch sehr anstrengend, seit Jahrzehnten muss ich mich alleine um Vieles kümmern. Stress also als Auslöser...