

# Tinnitus nicht im Griff

**Beitrag von „Wolfgang Autenrieth“ vom 3. Oktober 2025 10:06**

## Zitat von Caro07

Gerade in der Akupunktur zahle ich bei einem Arzt nahezu das Doppelte als bei einer Heilpraktikerin und diese macht das professioneller.

Der Arzt/die Ärztin hat in der Regel mindestens 6 Jahre Fachstudium und mehrere fachpraktische Famulaturen absolviert. Anschließend fünf Jahre die Facharztausbildung in einer Klinik durchlaufen, bevor er/sie eigenverantwortlich auf Menschen losgelassen wird.

Du kannst dir gerne von deiner Heilpraktikerin Nadeln in deine Nervenbahnen stoßen lassen, die ihr Wissen aus der chinesischen Medizin des 19.Jahrhunderts bezogen hat. Ist ja auch billiger. Aber nicht gefahrlos.

Die Akupunktur beruht vor allem einem starken Placebo-Effekt: Ein großer Teil der Schmerzlinderung ist auf die intensive Zuwendung, die Behandlungserwartung und die damit verbundenen körpereigenen Mechanismen der Schmerzhemmung zurückzuführen.

Genau aus diesem Grund kann der Tinnitus auch durch die eigene Einstellung ihm gegenüber "therapiert" werden. Man muss ihn ignorieren bzw. akzeptieren - was auf dasselbe hinausläuft. Autogenes Training und das menschliche Gehirn sind gute Therapeuten. Aus diesem Grund "wirkt" auch Akupunktur.