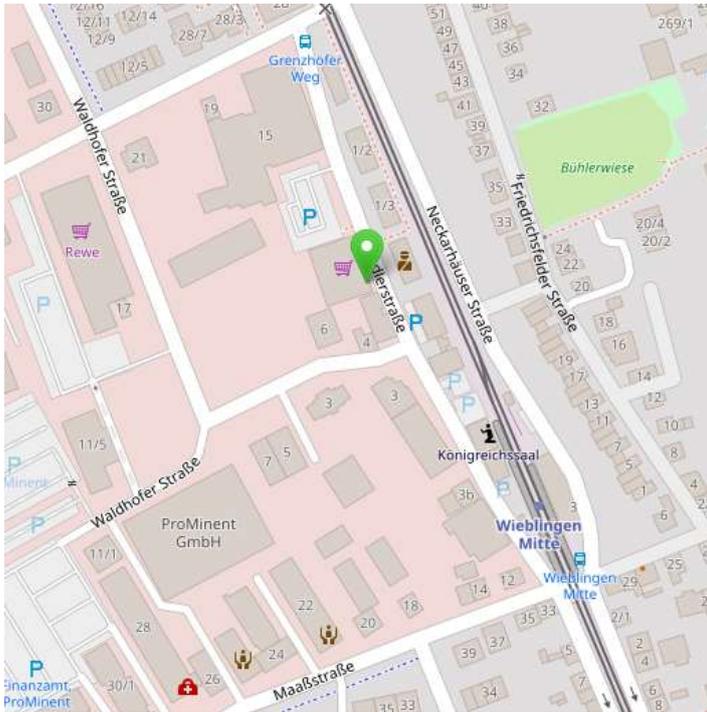


Praxisadresse

- ✉ **Adlerstr. 1, 69123 Heidelberg**
- ☎ **0 62 21 – 72 51 751**
- 📱 **01575 – 22 60 185 (auch )**
- ✉ **info@musikpraxis-heidelberg.de**
- 🌐 **www.musikpraxis-heidelberg.de**

 **Musikpraxis**
Dr. Heike Argstatter
Heilpraktikerin für Psychotherapie



Neuro- Musiktherapie bei

**Tinnitus**

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Buslinie 34 / Straßenbahnlinie RNV 5:
Haltestelle "Wieblingen Mitte" (HD-Wieblingen).

Parkmöglichkeiten mit dem Auto

Kostenlose Parkmöglichkeiten finden Sie entlang der Adlerstraße sowie in den angrenzenden Seitenstraßen.

Behandlungsvoraussetzung

- **Erkrankungsdauer:**
 - **chronischer Tinnitus:** dauerhaft seit mindestens 3 Monaten bestehende konstante Ohrgeräusche
 - **akuter Tinnitus:** erstmalig aufgetretene Ohrgeräusche (Behandlung ab 6 Wochen möglich)
- **Klangqualität:** bestimmbare Frequenz
 - „**Tinnitus-Rauschen**“: z.B. Heizungsrauschen, Ventilator, Zischen
 - „**Tonaler Tinnitus**“: z.B. Teekesselpfeifen, Piepen
- **Ausschlusskriterien:**
 - ausgeprägte Überempfindlichkeit gegenüber Tönen und Geräuschen (**Hyperakusis**)
 - extreme **Schwerhörigkeit**



Behandlungsablauf

- **Aufnahmediagnostik** (Abklärung, ob Musiktherapie sinnvoll ist)
 - **Persönliche „Vor-Ort“-Diagnostik**
 - **Video-Sprechstunde.**
- **Musiktherapie** im Einzelsetting
 - **Kompakttherapie:** Behandlung kompakt innerhalb einer Woche (4-5 Werktage mit 2-3 Sitzungen pro Tag).
 - **Standardtherapie:** Behandlung über einen längeren Zeitraum (üblicherweise eine Sitzung pro Woche)
- **Nachsorge** im Nachgang zur Therapie

Behandlungskonzept

- **„Heilung und Bewältigung“:** Musiktherapie richtet sich an die neuronalen Ursachen für Tinnitus im Gehirn, nicht nur an die psychologischen Symptome
- **Module**
 - kognitiv-verhaltenstherapeutische Interventionen (**Counselling, „Tinnituslandkarte“**)
 - **Resonanzübung** (Gongimprovisation mit Stimmeinsatz)
 - **Neuroauditive Kortexprogrammierung** (Hör- und Aufmerksamkeitstraining)
 - Musikgestützte Entspannung/Stressmanagement
 - Tinnitus-Dekonditionierung/Filtertraining

Behandlungserfolg

- spürbare Verringerung der Tinnitus Symptome; **zuverlässige Verbesserung** laut Tinnitus-Fragebogen bei rund 75% der Patienten
- Therapieergebnisse unabhängig vom **Klang des Tinnitus** (Rauschen oder Pfeifen) und der **Dauer der Erkrankung** (chronisch oder akut)
- hoher **Qualitätsstandard** der Therapien: stabiler Therapieerfolg bis zu 5 Jahre nach Ende der Therapiephase
- **Stressbewältigung**
- Rückbildung psychischer Begleitscheinungen wie z.B. Schlaf- und Konzentrationsstörungen
- Verbesserung der Aufmerksamkeits- und Hörleistung