

## „Die grösste Offenbarung ist die Stille.“

Dieses Zitat von Laotse verstehen Menschen mit Tinnitus besonders gut.

### Tinnitus, Ursache und Behandlungsmöglichkeiten mit Chinesischer Medizin (CM)

In einer gründlichen Erstanamnese sind folgende Fragen zu klären:

- Wie ist der Tinnitus entstanden (plötzlich oder allmählich)?
- Wie ist der Ton (laut, leise, rauschend, zirpend, immer gleich, veränderlich etc.)?
- Wie ist die Ernährung, der Lebensstil, die Arbeit, das soziale Umfeld des Patienten?
- Welche Stressfaktoren (Überforderung, Perfektionismus, Sorgen, Ärger, Angst) sind vorhanden?
- Wurde schulmedizinisch alles abgeklärt (Entzündung, mechanische Schädigung, Stoffwechsel, Bluthochdruck, Hörsturz, verengte Halsgefässe, Morbus Menière, Kiefergelenk, Hyperakusis)?
- Gibt es Muskelverspannungen im Hals/Nacken und Kieferbereich?
- Wie ist der Umgang mit dem Tinnitus (genervt, verängstigt, erschöpft, freudlos, traurig)

Die Ohren werden den Nieren zugeordnet. In meinem neuen Buch vergleiche ich die Nieren mit einer Finanzministerin, deren Aufgabe es ist, weise und sorgfältig mit den Ressourcen umzugehen. Die Nieren kann man auch mit einer Kreditkarte vergleichen. Wir können lange mit der Karte Geld beziehen, aber irgendwann kommt der Schuldzins. Ein Tinnitus kann eine Art Schuldzins sein für zu lange anhaltenden Stress. Wichtig für die Behandlung ist zu verstehen, welche Art von Stress zu sehr an den Reserven genagt hat. Ist es lange anhaltende Angst? Sind es übermässige Sorgen und Grübeln über längere Zeit? Oder ist da viel Ärger, Frust und Enttäuschung, weil man etwas nicht schafft oder zu Unrecht beschuldigt wird? Führt ein übertriebener Perfektionismus zu einer Überbelastung? Hat man zu lange die eigenen Grenzen missachtet und sich vielleicht mit Medikamenten und/oder Drogen über Wasser gehalten?

Ziel der Behandlung: Zusammen erkennen wir die Ursache des Tinnitus. Ich löse mit Akupunktur und Tuina Blockaden und bespreche mit meinen Patientinnen und Patienten wie sie ihre Kreditkarte wieder aufladen können. Oft empfehle ich zusätzlich pflanzliche Urtinkturen.

Hat der Tinnitus eine andere Ursache als Stress, dann schauen wir gemeinsam, wie das Geräusch so in den Hintergrund treten kann, dass es weniger stört.

Wichtig ist für mich die Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen der westlichen Medizin. In unserer Praxis [www.functioned](http://www.functioned) mit interdisziplinärem Konzept haben wir alles vor Ort. Oft schicke ich Menschen mit Tinnitus auch noch zu Kollegen der Osteopathie, um Blockaden funktioneller Art zu lösen.

Marian Leuthold,

Naturheilpraktikerin mit eidgenössischem Diplom in Traditioneller Chinesischer Medizin, Akupunktur/Tuina

Buchempfehlung: «Die Kaiserin und ihre Tiere, eine etwas andere Reise durch meinen Körper»



Direkt bestellen bei [www.5elemente.net](http://www.5elemente.net)