



Tinnitus

Behandelprogramma
volwassenen

Libra

REVALIDATIE
AUDIOLOGIE



Als het leven een nieuwe balans vraagt

Deze folder geeft u informatie over tinnitus en wat het behandelprogramma tinnitus bij Libra Audiologie voor u kan betekenen. Libra biedt dit behandelprogramma aan op de locaties Audiologisch Centrum (AC) Eindhoven en Audiologisch Centrum Breda.

Wat is tinnitus en welke vormen zien we?

Tinnitus Aurium is de medische term voor oorsuizen. Het Latijnse 'tinnire' betekent bellen of rinkelen, 'aurium' betekent 'van het oor'. Iemand met tinnitus hoort voortdurend een geluid in het oor of in het hoofd zonder dat een geluidsbron in de omgeving aanwezig is. Alleen de persoon met de tinnitusklachten hoort het geluid, anderen in de omgeving niet.

Iedereen hoort wel eens een geluid in zijn hoofd, bijvoorbeeld bij de overgang van een lawaaierige omgeving naar een stille omgeving. Ongeveer 15% van de mensen in Nederland hoort dit geluid voortdurend, de ene keer meer, de andere keer minder.

Chronische tinnitus is voor sommige mensen meer dan slechts een klein ongemak en kan negatieve invloed hebben op het dagelijks functioneren. Denk hierbij aan symptomen als ernstige vermoeidheid slaapstoornissen, angst, irritatie tot zelfs ernstige depressie.

De afgelopen jaren is veel onderzoek gedaan naar tinnitus. Daaruit blijkt dat tinnitus te maken heeft met de communicatie tussen het oor en de hersenen.

- Het oor speelt een rol in de toevoer van prikkels naar de hersenen.
- In de hersenen vindt vervolgens de 'vertaling' plaats naar de betekenis van geluiden.

We nemen aan dat tinnitus een ‘vertaalfout’ van de hersenen is. Tinnitus is dan ook geen ziekte of aandoening, maar een symptoom: een gevolg van verstoring in:

- de prikkeloverdracht naar de hersenen of
- in het verwerkingsproces door de hersenen.

Wanneer is het tinnitus behandelprogramma iets voor u?

Als u last heeft van concentratie- en/of slaapproblemen, angst, somberheid, of vermoeidheid, dan kan het behandelprogramma tinnitus van Libra Audiologie een positieve bijdrage leveren aan het vinden van een nieuwe balans in uw leven. De gespecialiseerde behandeling is zeer effectief gebleken in het verminderen van tinnitusklachten, de negatieve emoties over tinnitus en ook in het verbeteren van de kwaliteit van leven van mensen met tinnitus.

Het behandelteam

Tijdens het tinnitus behandelprogramma werkt u samen met een multidisciplinair behandelteam. Dit team bestaat uit een aantal in tinnitus gespecialiseerde professionals op het gebied van audiologie, psychologie, bewegingstherapie, fysiotherapie en maatschappelijk werk.

Wat houdt het tinnitus behandelprogramma in?

In het programma combineren we audiologische en psychologische methoden. Het behandelprogramma is gericht op het ‘her-trainen’ van het brein in het waarnemen van het tinnitussignaal.

Het programma van Libra Audiologie bestaat uit twee delen, waarbij het intensievere tweede deel (stap 2) enkel op indicatie van het behandelteam gevolgd kan worden. Een voorwaarde voor volgen van het intensievere tweede deel is een goede beheersing van de Nederlandse taal. Op pagina 5 van deze folder leest u meer hierover.

Stap 1

- **Audiologisch onderzoek**

U krijgt een uitgebreid audiologisch onderzoek. Daarbij brengen wij uw tinnitusklachten (en uw gehoor) goed in kaart. We geven uitleg over tinnitus en het gehoor en over hoe de testresultaten van het uitgebreid onderzoek invloed kunnen hebben op het verloop van uw klachten. Indien van toepassing krijgt u ook advies over het gebruik van hoortoestellen.

- **Tinnitus informatiebijeenkomst**

Tijdens deze groepsbijeenkomst leert u van alles over het hoe en waarom van tinnitus. De oorzaken en gevolgen van tinnitus komen aan bod en u kunt al uw vragen stellen. Onze ervaring is dat veel mensen die last hebben van tinnitus het contact met lotgenoten prettig en zinvol vinden. Voor lotgenotencontact is tijdens de groepsbijeenkomst dan ook gelegenheid. Ook partners of naastbetrokkenen zijn welkom.

- **Psychologisch consult**

De psycholoog bespreekt tijdens dit consult in hoeverre uw tinnitus invloed heeft op uw dagelijkse bezigheden en uw gemoedstoestand aan de hand van alle verzamelde gegevens. Na afloop bespreekt hij/zij uw gegevens met de andere professionals uit het multidisciplinaire tinnitusteam en beslist het tinnitusteam uiteindelijk of er een indicatie is voor stap 2 in de behandeling.

Stap 2

Na zorgvuldige afweging, kan de intensievere stap 2 geïndiceerd zijn. Deze bestaat uit cognitieve gedragstherapie, duurt twaalf weken en vindt meestal plaats in groepsverband. Afhankelijk van de ernst van uw klachten vinden de behandelsessies één tot drie keer per week plaats. Een psycholoog, bewegingstherapeut en een fysiotherapeut begeleiden u tijdens dit traject. De audioloog en de maatschappelijk werker hebben hierbij een adviserende rol.

Een voorwaarde voor volgen van het intensievere tweede deel is een goede beheersing van de Nederlandse taal. Deze voorwaarde stellen we omdat de therapievormen zijn gericht op onder andere gedragsverandering. Het kunnen geven van goede uitleg en vlotte interactie met de cliënt is een essentieel onderdeel bij deze behandeling. Het niet goed beheersen van de Nederlandse taal zou de groepsdynamiek en het vlotte verloop van de oefeningen tijdens de therapiesessies te veel beperken.

Het eerste deel van het programma (stap 1) bestaat uit onderzoek en intake. Dit deel kan wel gevolgd worden door mensen die de Nederlandse taal niet volledig beheersen.

Meer informatie

Deze folder is een aanvulling op de mondelinge informatie van uw behandelaar. Heeft u nog vragen of mist u informatie? Neem dan contact op met uw behandelaar of kijk op onze website www.libranet.nl.

Aan deze folder kunnen geen rechten worden ontleend.

Aantekeningen:

Aantekeningen:

Libra
REVALIDATIE
AUDIOLOGIE



LIBRA AUDIOLOGIE

Torenallee 20
5617 BC Eindhoven

Dr. Deelenlaan 15
5042 AD Tilburg

Hoge Mosten 56
4822 NH Breda

www.libranet.nl

088 313 20 00

