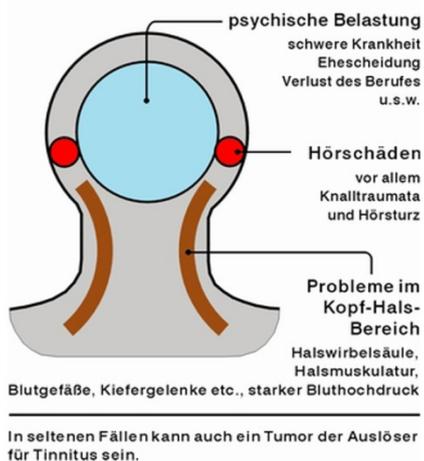


## Tinnitus mit Psychofonie behandeln

Tinnitus<sup>1</sup> ist ein funktionelles Leiden unserer Zeit. In der Hitliste der von Google registrierten Schlagworte rangiert Tinnitus ganz oben. Der öffentliche Informationsbedarf über Tinnitus hat beispielsweise die Migräne überrundet.<sup>2</sup> In der Schweiz haben 8 % störende Ohrgeräusche.

Wie bei der Migräne handelt es sich bei Tinnitus um ein kompliziertes multifaktorielles Leiden, welches die Hausärzte oft überfordert.<sup>3</sup> Es ist zwar wichtig, dass gefährliche, jedoch seltene Ursachen durch den Hausarzt ausgeschlossen werden können. Medikamente helfen in den meisten Fällen nicht, weil es sich eigentlich um eine Softwarestörung handelt.

### Bekannte Ursachen des Tinnitus



< Diese Ursachen sind vor der Psychofoniebehandlung abzuklären.

Oft ist keine Ursache für Ihren Tinnitus auszumachen. Was ist es dann, das Sie plagt? Wie beim Computer ist im Hirn die „Software“ entscheidend, damit alles funktioniert. Die Hörschnecke im Innenohr gibt selbst viele Töne ab, die in einzelnen Fällen als Körpergeräusch abgehört werden können. Natürliche „Softwareprogramme“ in der komplizierten Hörwahrnehmung verhindern, dass wir von diesem Rauschen etwas merken. Zwischen dem Innenohr und der Empfindung, dass mich mein Tinnitus belästigt, liegt ein Verstärkungsprogramm, das die oft hohen Tinnitus-Töne übertrieben hörbar macht.<sup>4</sup> Es ist, wie wenn das Ohr sagen möchte, du hast mich lange Zeit gebraucht und dich zu wenig um mich gekümmert, nun will ich, dass du dich mit mir beschäftigst.

In der Tat ist die Beantwortung der Frage, was mir mein Tinnitus sagen will, der beste Einstieg in eine wirksame Kur. Haben Sie keine Angst, ein solcher Tinnitus – und das sind die meisten – ist nicht gefährlich. Messungen haben ergeben, dass der Tinnitus immer etwa gleich laut ist, egal, ob er bedrohlich, störend oder kaum wahrnehmbar ist. Kaum zu glauben, aber wahr. Mit andern Worten, die Tinnitus-Wahrnehmung wird durch unbewusste psychische Faktoren stark beeinflusst. Leuchtet Ihnen das ein, dann sind Sie reif für die Psychofonie.

### Wie kann Ihnen Psychofonie bei einem solchen Tinnitus helfen?

1. Zunächst ist Psychofonie ein ideales **Entspannungsmittel**. Gewiss kennen Sie andere Möglichkeiten, sich zu entspannen. Psychofonie entspannt Sie aber in wenigen Minuten total, wenn Sie sich an sie gewöhnt haben. Das gelingt meisten schon nach wenigen Tagen, wenn Sie begonnen haben, Ihre Psychofonie 3x täglich 10 Minuten abzuhören. Psychofonie wird dann zu Ihrem ultimativen Entspannungsmittel, das Sie immer bei sich tragen, zum Beispiel in Ihrem iPhone. Knopfhörer einsetzen und abtauchen – es ist so angenehm und einfach. Wer locker und relaxt durchs Leben geht, hat sicher weniger Probleme mit Tinnitus. Entspannt lassen sich auch schwierige Lebensumstände besser bewältigen.

2. Psychofonie löst Schmerzen. Oft haben Tinnitus-Geplagte Kopfschmerzen, Nackenschmerzen, nervöse Magendarmstörungen (durch Stress), Schwindel und so weiter, sie fühlen sich nicht wohl, haben „ein Brett vor dem Kopf“, obgleich ihr Blutbild oder ähnliche Diagnosen in Ordnung sind. Solche so genannten **funktionellen Beschwerden** sind mit Psychofonie oft sehr gut behandelbar. Es ist die Hauptindikation für Psychofonie. Wenn Sie derartige negative Einflüsse mit Psychofonie in den Griff kriegen, ist viel erreicht, auch für den Tinnitus. Oft wird er schon dadurch erträglich. Sie haben ihn vergessen, obgleich er noch da ist, wenn Sie bewusst daran denken.

3. Es kann sein, dass **nachts** Ihr Tinnitus besonders störend ist. Klar, denn dann ist es still und dunkel, die Reizzufuhr ist abgestellt. Die inneren Geräusche werden umso besser wahrgenommen. Einschlafen wird schwierig, Ihre Gedanken kreisen um das heute Erlebte. Probleme quälen Sie vielleicht, der Tinnitus belästigt Sie. Doch Sie sollten besser jetzt schlafen, denn morgen, ausgeruht, finden Sie die besseren Lösungen, als wenn Sie sich beim Einschlafen plagen. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass Psychofonie quälende Gedankenkreise durchbricht und in Minuten zum Schlaf führt. Psychofonie ist ein **hervorragendes Einschlafmittel**. Und sollten Sie nachts wieder erwachen, gehen Sie auf die Toilette und hören danach wieder Psychofonie. Dann kommt der Schlaf reflexartig zurück.

4. Bis jetzt haben wir den Tinnitus umkreist, wir haben die umliegenden Hürden abgebaut, welche das Tinnitusleiden aufrechterhalten. Jetzt gehen wir ihn noch direkter an. Ganz in der Tradition der **Desensibilisierung**, die Ihre Aufmerksamkeit von Tinnitus weg auf andere Dinge lenkt, wird auch Ihre auf Sie abgestimmte Psychofonie die Tinnitustöne nicht anregen. Wir filtern sie in der Psychofonie einfach weg. Gleichzeitig bieten wir die Klangfolgen auf anderen Tonlagen dar, die Ihrem Gehör nicht wehtun. Wir können gewisse Frequenzlagen sogar bevorzugen, was erwiesenermassen die Desensibilisierung begünstigt. Sie hören ja  $\frac{1}{2}$  bis 1 Stunde täglich (3 x 10 Minuten oder mehr) die Psychofonie regelmässig und trainieren damit die Wahrnehmungsfähigkeit Ihres Gehörs auf den guten gesunden Tonkanälen. Der Tinnitus schwächt sich dadurch ab.

**Fazit:** Die Psychofonie ist ein angenehmes Mittel, um vielen Tinnitus-Leidenden wirksam zu helfen. Unser Ansatz ist multifaktoriell, das heisst wir bieten 4 verschiedene Lösungsansätze kombiniert an (die obigen Punkte 1 – 4). Es liegt auf der Hand, dass ein, wie eingangs erwähnt, multifaktorielles Leiden mit einem kombinierten Zugriff besser, hoffentlich optimal bekämpft werden kann.

Lassen Sie sich überraschen und versuchen Sie es mit der Psychofonie. Einen Termin (und nur diesen einen Termin braucht es) erhalten Sie über die zentrale Telefonnummer 044 715 54 27 durch mich.

Freundliche Grüsse,  
Bruno Fricker,  
Dipl. Physiker ETH



FORUM PSYCHOFONIE, c/o SPECTRALAB, Brunnenmoosstr. 7, CH-8802 Kilchberg ZH



<sup>1</sup> Chronische Ohrengeräusche oder chronisches Ohrensausen, Beispiele sind bei [www.tinnitusliga.de/tinnitus.htm](http://www.tinnitusliga.de/tinnitus.htm) zu hören. Bild von [www.ag-hoerforschung.de](http://www.ag-hoerforschung.de) mit wertvollen Erläuterungen.

<sup>2</sup> Vieles deutet darauf hin, dass Tinnitus-Symptome häufiger auftreten. Parallel dazu verdoppelt sich die Belastung durch Funkwellen und Elektromog alle drei Jahre ([www.gigahertz.ch/23](http://www.gigahertz.ch/23) und /587).

<sup>3</sup> So schreibt der bekannte Internet-Hausarzt Dr. Thomas Walser [www.dr-walser.ch](http://www.dr-walser.ch): Tinnitus ist ein quälendes Tönen im Ohr (=Tinnitus nach dem lateinischen Wort für klingeln)... Melden Sie sich nicht in der falschen Hoffnung in meiner Sprechstunde an, um Patentrezepte zu erhalten.

<sup>4</sup> Buch B. Kellerhals und R. Zogg: *Tinnitus-Hilfe*. Karger-Verlag