



Dr. med. Marco Weller

Tinnitus

Das Selbsthilfeprogramm bei quälenden Ohrgeräuschen
Weniger Leidensdruck – mehr Lebensfreude

144 Seiten, ca. 25 Abbildungen
15,5 x 21,0 cm, Softcover
ISBN 978-3-8426-3079-6
€ 20,00 [D] / € 20,60 [A]

Erscheinungstermin: 15.09.2022

- **Etwa 15% der Deutschen leiden an einem Tinnitus – Tendenz steigend**
- **Die besten Selbsthilfemaßnahmen, um den Alltag mit Ohrgeräuschen zu meistern – von Entspannung und Achtsamkeit bis hin zu einem guten Schlaf**
- **Für alle, die die Kontrolle über ihren Tinnitus und ihre Lebensfreude zurückgewinnen wollen**
- **Der Autor arbeitet in der stationären Rehabilitation von Menschen mit Hörstörungen und verfügt über langjährige Erfahrung in der Behandlung und Begleitung von Menschen mit Tinnitus**

Endlich besser leben mit Ohrgeräuschen!

Piepen, Brummen, Rauschen, Summen – die meisten Menschen, die unter einem Tinnitus leiden, fühlen sich von den Ohrgeräuschen im Alltag belastet und eingeschränkt. Doch obwohl es keine Therapie gibt, die die Symptome gänzlich beseitigt, kann man viel tun, um gut damit zu leben. Der Tinnitus-Experte Dr. med. Marco Weller nimmt mit seinem Ratgeber unnötige Ängste und klärt über Fehlinformationen auf. Außerdem liefert er die besten Wege der Selbsthilfe – von Entspannung und Bewegung bis hin zu einer positiven Gestaltung der Hörwahrnehmung.

Aus dem Inhalt:

- Was ist Tinnitus?
- Woher kommt der Tinnitus?
- Möglichkeiten der Diagnostik
- So wird der Tinnitus behandelt
- Tinnitus ganzheitlich begegnen
- Tinnitus in bestimmten Lebenssituationen

Der Autor

Dr. med. Marco Weller ist als Leitender Oberarzt in der Abteilung für Hörstörungen, Tinnitus, Schwindel und Cochlea-Implantate an der Rehaklinik Median-Kaiserbergklinik in Bad Nauheim tätig. Dort werden unter anderem Menschen mit Schwerhörigkeit, Tinnitus und Geräuschüberempfindlichkeit behandelt. Die Mehrzahl seiner Patienten kommt mit einem Tinnitus zu ihm und wird von einem multidisziplinären Team behandelt. Mit seinem Ratgeber möchte er betroffenen Menschen helfen, die Kontrolle über ihr Leben zurückzugewinnen und wieder Freude am Hören zu finden.

