



## Seminardetails unserer Seminarleitungen

(Zulieferung der Seminarleitungen; Jugend- und Freizeiteinrichtungen – Eigenbetrieb des Landkreises Kassel trägt inhaltlich keine Verantwortung)

### Zusatztermin: Tinnitus-Seminar im Jugendseeheim Sylt

Vom 04.05. – 11.05.2024 findet im Jugendseeheim auf Sylt ein Tinnitus-Seminar statt. Auch Angehörige sind willkommen (keine Seminarteilnahme).

Nach der Anreise am Samstag und einem freien Sonntag, beginnen wir Montag um 10 Uhr mit der Vortragsreihe.

Die Reise ins Ohr führt uns in die Anatomie und Physiologie des Ohres ein. Wir lernen, wie ein Ohr funktioniert, wie das Hören funktioniert und leider auch, wie es aussieht, wenn dieses z.B. durch Hörsturz oder Tinnitus geschädigt ist.

Am Dienstag sprechen wir kritisch über die einzelnen Therapiemöglichkeiten. Wir sprechen darüber, was man im Akutfall machen kann und sollte – wir sprechen aber auch darüber, wie man mit dem chronischen Tinnitus umgeht und welche Therapiemöglichkeiten hier noch bestehen.

Am Mittwoch führt uns der Weg in das Gehirn. Wir reden über die Bewertung und die Verarbeitung von Ohrgeräuschen. Wir sprechen darüber, warum manche Patienten mit ihrem chronischen Tinnitus umgehen können und andere wiederum darunter sehr sehr leiden. Auch die Frage von Sorgen, Furcht und die gesamte Palette der psychosomatischen Zusammenhänge wird angesprochen.

Am Donnerstag geht es dann ganz praktisch um technische Hilfsmittel, um Hörgeräte, Hörgeräte-Schulungen und was sonst alles noch auf dem Markt für Tinnitus vorhanden ist – was man machen kann, aber was man auch tunlichst unterlassen sollte.

Am Freitag fassen wir dann die Woche zusammen und es besteht die Gelegenheit, in einer Fragerunde nochmal alle einzelnen Themen und Probleme gemeinsam zu besprechen. Auch besteht hier die Möglichkeit, natürlich individuell über seinen eigenen Krankheitsverlauf mit dem HNO-Arzt zu reden und evtl. Therapieoptionen für die Zukunft zu besprechen.

Da viele Hörgeschädigte und Tinnitus-Patienten sich wegen der störenden Geräusche zurückziehen und das Ohr verlernt hat, zu hören bzw. auch zu selektieren, was sie nicht hören wollen, wollen wir die Nachmittage nutzen, unsere Sinne wieder ein bisschen besser zu schulen. Fühlen, Tasten, Riechen, Hören sowie ein Besuch im Sylter Wald (Waldbaden) und der Heide in Braderup gehören dazu. Wind und Wellen und ausgedehnte Strandspaziergänge sollen für körperliche und geistige Erholung sorgen bei gleichzeitiger natürlicher Verdeckung der quälenden Ohrgeräusche.

Geplant ist natürlich auch ein kulinarischer Streifzug bei Gosch am Lister Hafen, der uns (falls verfügbar) ein paar Lebensaneddoten von Deutschlands berühmtesten Fischhändler erzählen wird (fakultativ).

Am Samstag ist Abreise.

Lutz-Michael Schäfer  
Facharzt für HNO

