

Tinnitus therapie mit dem Tailor-Made Notched Music Training (TMNMT) und der Smartphone App Tinnitracks

Tinnitracks ist eine sogenannte E-Health-Lösung, also eine Gesundheitslösung, die digitale Technologie einsetzt. Die Tinnitracks-App ermöglicht den Zugang zu einem Therapieverfahren, welches auf wissenschaftlichen Forschungsergebnissen basiert: Dem Tailor-Made Notched Music Training (kurz TMNMT). Die Wirkung wurde bei chronischem, tonalem und subjektivem Tinnitus erwiesen. Der Tinnitus sollte also seit mindestens 3 Monaten als Ton (bspw. Piepsen oder Pfeifen) wahrgenommen werden. An dieser Form von Tinnitus leiden etwa 70 Prozent aller Betroffenen. Beim TMNMT wird Musik so gefiltert, dass sie im Bereich um die individuelle Tinnitus-Frequenz keine Signalanteile mehr enthält. Es entsteht eine Lücke, im Englischen „Notch“ genannt. Hört der Tinnitus-Patient die entsprechend bearbeitete Musik, sorgt der „Notch“ dafür, dass die überaktiven Nervenzellen, die den Tinnitus-Ton erzeugen, nicht mehr stimuliert werden. Gleichzeitig werden die gesunden Nachbarzellen angeregt. Studien* belegen, dass die hyperaktiven Nervenzellen im Hörzentrum ihr Erregungsprofil mit der Zeit verändern. Die Folge: Der störende Ton kann leiser werden.

Tinnitracks auf Rezept

Der Berufsverband der Hals-Nasen-Ohren-Ärzte und die Sonormed GmbH haben gemeinsam mit verschiedenen gesetzlichen und privaten Krankenversicherungen Versorgungsverträge geschlossen. Im Rahmen dieser Verträge können Sie in unserer Praxis die therapiebegleitenden Untersuchungsleistungen sowie die Frequenzbestimmungen kostenfrei in Anspruch nehmen. Die teilnehmenden Versicherungen übernehmen für Sie zusätzlich die Kosten für eine Tinnitracks-Jahreslizenz in Höhe von 228€. Eine aktuelle Übersicht aller teilnehmenden Versicherungen finden Sie auf der Webseite der Sonormed GmbH: <http://www.tinnitracks.com/de>

Behandlungsablauf

In unserer Praxis diagnostizieren wir Ihren Tinnitus, prüfen Ihre Therapieeignung und bestimmen Ihre individuelle Tinnitus-Frequenz. Kommt eine Behandlung mit Tinnitracks für Sie infrage, erhalten Sie von uns eine Tinnitracks-Aktivierungskarte – Ihr kostenfreier Zugang zur Therapie. Wir begleiten Sie über die Dauer der zwölfmonatigen Therapie bis hin zur Abschlussuntersuchung. Nachdem Sie Tinnitracks auf Ihrem

Smartphone installiert haben, geben Sie Ihre persönliche Tinnitus-Frequenz ein und laden Ihre Lieblingsmusik hoch. Die App filtert Ihre Tinnitus-Frequenz automatisch aus den Musikstücken heraus. Empfohlen wird das kontinuierliche Hören der speziell gefilterten Songs mittels Kopfhörer über einen Zeitraum von 12 Monaten. Die Musik sollte täglich mindestens 90 Minuten lang in einer ruhigen Umgebung gehört werden. Die tägliche Hördauer kann dabei auf den Tag verteilt werden.

* Studien und weitere Informationen zu Tinnitracks finden Sie ebenfalls auf der Webseite der Sonormed GmbH unter: <http://www.tinnitracks.com/de>. Dort finden Sie auch Ansprechpartner für alle Fragen zu technischen Voraussetzungen.

Vereinbaren Sie gern einen Termin für ein unverbindliches Erstgespräch in unserer Praxis.