

Uw reacties op tinnitusartikelen

Naar aanleiding van enkele artikelen over tinnitus kregen wij een aantal leuke reacties van lezers. Hier een kleine greep. Enne... blijf schrijven!

Visualiseren

Naar aanleiding van het artikel over tinnitus het volgende. Mijn zelf bedachte remedie om van de ononderbroken fluittoon af te komen is, visualiseren dat ik in mijn hoofd zit en daar de fluittoon uit druk en laat weten dat het mijn hoofd is waar ik alleen de zeggenschap over heb en geen andere daar in duld. Even volhouden maar bij mij werkt het goed.

Tiny Potveer

Motorrijden en lawaai

Onlangs kreeg ik het blad NVVS 100 jaar in handen. Daarin beschrijft Peter van der Ende zijn Tinnitus. Ik lees dat hij een motorrijder is. Dat is mijn man ook. Mijn man zegt dat er door windgeruis in een helm bij een snelheid van 100 km/u een geluidsniveau is van rond de 95 dB. En als je weet dat een motortochtje wel een paar uur duurt, kun je wel raden wat dat betekent voor je gehoor! Mijn man heeft jaren zonder oordoppen motor gereden en is naar veel races geweest (waar het ook een enorme herrie is). Hij heeft nu een verlies van 20 dB en heeft tinnitus. Hij wijt dat aan het niet dragen van oordoppen. In motorbladen en op motorbeurzen wordt tegenwoordig aandacht besteed aan dit euvel. Op beurzen kun je bv. oordoppen laten maken specifiek voor jouw oren (zoals bij hoortoestellen). Nou denk ik toch wel, dat Peter dit allemaal al wist, maar het is toch vreemd dat hij in het artikel niks schrijft over gehoorbescherming bij lawaaismporten. Natuurlijk is het niet helemaal zeker dat het helmgeruis de oorzaak is van de tinnitus, maar toch. Misschien interessant om eens aandacht aan te besteden in uw blad?

Anneleen Arnolds

Reactie van Peter van der Ende:

Beste Anneleen,
Bedankt voor je reactie. Ik ben mij altijd al bewust geweest van de gevaren van motorrijden en het teveel aan geluid. Met mijn hyperacusisklachten heb ik ook een paar keer overwogen te stoppen met rijden omdat ik zoveel last had, ondanks het gegeven dat ik alles geprobeerd heb om zo min mogelijk windgeruis te horen. Ik heb nu een combinatie gevonden die voor mij acceptabel is. Ik rij op een Yamaha FJR 1300. Dit is een motor met al een flinke kuip, maar ik heb de standaard ruit laten vervangen voor een speciale Calscircuit uit Amerika (www.calsci.com). Deze ruit zorgt voor een minimum aan windturbulentie. Daarnaast heb ik een Shubert C2 helm, de stilste systeemhelm die te krijgen is. Toch is dit nog niet genoeg en daarom draag ik ook nog speciaal gemaakte oordoppen (zie www.exinore.nl/gehoorbescherming/motorrijden). Je zult begrijpen dat ik voor dit alles behoorlijk in de buidel heb moeten tasten, maar hierdoor kan ik wel mijn grote hobby blijven uitoefenen.

Hartelijke groet,
Peter van der Ende



Fysiotherapeut

Met belangstelling heb ik het artikel gelezen, over op zoek naar een remedie voor tinnitus. Op mijn eigen zoektocht heb ik vele wegen bewandeld: kno-artsen, audiologische centra, medicijnen, alternatieve geneeskunst en ook acupunctuur. Ik had afgesproken dat ik dit 3 maanden zou doen. Helaas mocht dat geen baat hebben voor mijn tinnitus. Wel werd ik iets rustiger, wat ook al meegenomen was. Uiteindelijk kreeg ik ook bij mijn fysiotherapeut een behandeling. Ik moet zeggen dat ik na zo'n behandeling een verzachting van het geluid heb, maar het komt na enige tijd weer volop terug. Maar ook die tijdelijke verlichting is weer even meegenomen.

Mathie Driessen

Beter accepteren

In HOREN 1 las ik een stukje over een zelfbedachte aanpak van oorsuizen en naar aanleiding hiervan wil ik reageren. Ik zelf heb ook veel last van dit euvel en ook al heel lang. Vanaf mijn jeugd ben ik al slechthorend, en ik had dit – de tinnitus - toen ook al, hoewel ik toen niet wist wat het was. Als de dokter er steeds naar vroeg, was mijn antwoord dus ontkenkend. Maar nu weet ik het in ieder geval en kan het beter accepteren want het klinkt net als toen en ik kan ermee leven. Ik ben nu 69 jaar en weet niet beter of het hoort bij me. Dat veel mensen er last van hebben kan ik wel begrijpen, maar er is helaas niets aan te doen. Ik wens hen er wel veel sterkte mee, maar dit is mijn ervaring.

T. Zimmerman-Claassen

Geestelijke Gezondheidszorg voor mensen met gehoor problemen.

Bent u doof of slechthorend? of heeft u andere klachten met uw gehoor? Heeft u ook psychische klachten? Heeft u behoefte aan hulp of zorg? Of kent u iemand die deze vragen met 'ja' beantwoord?

Binnen Nederland zijn verschillende instellingen actief in de geestelijke gezondheidszorg voor doven, slechthorenden en mensen die andere klachten hebben met het gehoor (o.a. tinnitus, hyperacusis), gecombineerd met psychische en/of psychosociale klachten of zorgvragen.

Wij willen u daarbij zo goed mogelijk helpen. Deze speciale zorg is er, en de zorg is hard nodig. Net als een goede verwijzing.

U kunt ons vinden via de adressen in deze advertentie. De instellingen met de gespecialiseerde medewerkers staan voor u klaar.

Er wordt door deze instellingen ondermeer ambulante/poliklinische zorg aangeboden. Er bestaan bijvoorbeeld de mogelijkheid voor opname in een gespecialiseerd psychiatrisch ziekenhuis, in een verblijfsafdeling. Er zijn ook mogelijkheden voor begeleid wonen. U kunt dit rustig nalezen op onze websites.

De genoemde instellingen hebben regelmatig overleg en verwijzen aan elkaar door als dat nodig is. Zo willen ze u de beste zorg bieden.

VIA
Landelijk Centrum GGZ en Gehoorstoornissen
www.via-info.nl / www.hulpbijoorzuizen.nl
via@via-info.nl

GGMD
www.ggmd.nl / www.hulpbijoorzuizen.nl
contact@ggmd.nl

RIJW FONTEYNENBURG
www.fonteynenburg.nl
info@fonteynenburg.nl

PSYDON
www.psydon.nl
info@psydon.nl

REINIER VAN ANKEL GROEP
www.reinervanankelgroep.nl
aanmelding@rvagroep.nl

LENTIS GRONINGEN
Team GGZ voor Doven en Slechthorenden
www.welns.nl
doventeam@lentis.nl

DE RIETHORST
Landelijke GGZ-centrum voor Doven en Slechthorenden
www.degelderseroos.nl/riethorst
infodoven-slechthorenden@degelderseroos.nl