



Aan de slag met tinnitus

Aanpak van zowel de oorzaken als gevolgen van tinnitus

Leren leven met tinnitus?

Oorsuizen en overgevoeligheid voor geluid kunnen het leven aardig ontwrichten. Mensen met deze problemen krijgen vaak te horen: "Deze aandoening is niet te behandelen, dus je moet er mee leren leven." Een boodschap die de stress en daarmee de klachten vaak erger maakt. Dat is onnodig, omdat er wel degelijk mogelijkheden zijn om tinnitus en hyperacusis onder controle te krijgen.

Wat is Tinnitus Retraining Therapy (TRT)?

Het uitgangspunt van TRT is dat je in principe aan iedere (geluids)prikkel kunt wennen, ook aan oorsuizen. TRT is gebaseerd op een neurofysiologisch model, dat tinnitus en hyperacusis verklaart. Pawel Jastreboff en Jonathan Hazell zijn de grondleggers van de behandeling van tinnitus en hyperacusis met TRT.

Waarom is TRT nodig?

Bij tinnitus en hyperacusis bestaat het gevaar verstrikt te raken in de vicieuze cirkel van oorsuizen, intolerantie voor geluid, oplopende emotionele- en spanningsklachten, slaapproblemen, cognitieve klachten, ziekteverzuim, enzovoort.

Hoe werkt TRT bij Condite?

De door Pawel Jastreboff opgeleide TRT-specialist van Condite analyseert de oorzaken en problemen grondig, geeft een goede uitleg, praktische adviezen en oefeningen om de vicieuze cirkel te doorbreken. In de begeleiding ligt de nadruk op het aanpakken van de negatieve gevolgen van tinnitus en hyperacusis. Wanneer vooral cognitieve klachten het functioneren belemmeren, wordt ook de Werkgeheugentraining ingezet.

Voor wie is TRT geschikt?

Voor iedereen die beperkingen ervaart door oorsuizen en/of overgevoeligheid voor geluid.

Wat is tinnitus en wat is hyperacusis?

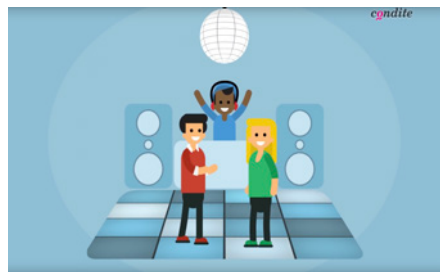
Tinnitus is 'de waarneming van geluid zonder dat hier een externe geluidsprikkel aan te pas komt'.

In het verleden werd tinnitus direct gerelateerd aan schade aan het betreffende oor. Tegenwoordig weten we dat een verhoogde activiteit van het zenuwstelsel zorgt voor de waarneming van oorsuizen.

Tinnitus gaat vaak gepaard met hyperacusis. Bij hyperacusis worden normale geluidsprikkelers als hinderlijk ervaren.



Bekijk de video op www.condite.nl



En als er ook gehoorverlies meespeelt?

Gehoorverlies, tinnitus en hyperacusis kunnen gelijktijdig optreden. Een gehoorapparaat kan ook een onderdeel vormen van de behandeling. Soms is het zinvol dat een hoortoestel met een permanent tegengeluid wordt aangemeten. De TRT-specialist van Condite werkt daarom samen met de audioloog.

We bezoeken de cliënt thuis en zo nodig op het werk.

Hoe ziet een begeleidingstraject met TRT eruit?

Start ► Expertise en advies

Het traject start altijd met een Expertise en advies. Door uitgebreid onderzoek tijdens twee gesprekken bij de cliënt thuis, achterhalen we de oorzaken en onderhoudende factoren van de functioneringsproblemen. In de rapportage staan een heldere analyse en een concreet plan van aanpak. Wat de cliënt zélf kan doen om weer beter te functioneren staat centraal.

Vervolg ► Afhankelijk van de uitkomsten van de Expertise en advies, adviseren wij één van deze begeleidingstrajecten:

Begeleiding naar werkhervatting

In de Begeleiding naar werkhervatting krijgt de cliënt vier maanden lang intensieve coaching met uitleg over tinnitus, adviezen, tips en opdrachten om het probleem onder controle te krijgen. Ook gaan we uitgebreid in op het voorkomen van terugval.

Cognitieve re-integratie

De Begeleiding naar werkhervatting wordt uitgebreid met de Werkgeheugentraining als er ook geheugen- en concentratieproblemen meespelen. Door het brein intensief te trainen, verbetert de cognitieve belastbaarheid.

“Het traject is pittig en vraagt veel doorzettingsvermogen maar ... het is het dubbel en dwars waard geweest!”



Condite doet meer



Concentratie- en geheugenstoornissen effectief aanpakken

Concentratiestoornissen en geheugenklachten vormen regelmatig een belemmering om werk te hervatten. Moet je dit accepteren? Nee, cognitieve functies zijn te trainen met de Werkgeheugentraining. Deze is wetenschappelijk onderbouwd en zeer effectief, zodat werkhervatting weer binnen handbereik ligt.

Neuropsychologisch onderzoek

Gedegen neuropsychologisch onderzoek onder supervisie van onze GZ-psycholoog met een concreet advies over de behandelmogelijkheden. Binnen zes weken duidelijkheid over de werkgerelateerde cognitieve belastbaarheid.

Cursussen

We delen onze specifieke kennis graag via incompany-trainingen en cursussen met open inschrijving. Voor arbeidsdeskundigen, bedrijfs- en verzekeringsartsen, medisch adviseurs, re-integratiebegeleiders en leidinggevenden.



Neem contact met ons op

Condite werkt landelijk. We komen graag toelichten wat er met de inzet van ons gespecialiseerde team is te bereiken.

condite
advies bij ziekteverzuim

Bezoekadres

Brouwerijstraat 1
7523 XC Enschede

Postadres

Postbus 6194
7503 GD Enschede

☎ (053) 428 11 44

✉ info@condite.nl

🌐 www.condite.nl