

Gelungener Start der Tinnitusklinik

Die ersten drei Patienten der Tinnitusklinik konnten sich über sehr schöne Therapieerfolge freuen. Im Geräuschüberempfindlichkeits-Fragebogen wurden die Scores um 62 - 79 % verbessert. Im Tinnitus-Fragebogen nach Göbel und Hiller kam es zu Verbesserungen des Scores von 61%, 71 % und bei Herrn Christoph Bürgin aus Basel, der uns nachstehenden Bericht schrieb, um 85,7 %.

Am 27. März 2006 bin ich auf eigenen Wunsch in die Abteilung PTS als Tinnituspatient der Klinik Waldhaus in Chur eingetreten. Die Überweisung erfolgte durch meinen Hausarzt. In der Zeit bis zum 28. April 2006 war ich in einem schönen und hellen Doppelzimmer untergebracht. Das Zimmer teilte ich mit einem gleichaltrigen Herrn. Wir hatten es gut miteinander und der Kontakt besteht weiterhin. Jederzeit konnten wir gut zusammen reden und in den Therapiepausen trainierten wir regelmäßig im Fitnessraum oder gingen an der frischen Luft spazieren. Die Betreuung durch die Ärztinnen und Ärzte sowie das Pflege team waren in jeder Beziehung vorbildlich. Ebenso die Verpflegung für welche es nie eine Beanstandung gab. Ich fühlte mich rundum wohl und war glücklich.

In den ersten drei Tagen hatte ich teilweise Mühe, mich an den Klinikbetrieb zu gewöhnen. Ich wurde etwas überhäuft mit mündlichen Befragungen und Fragebögen verschiedener Art. Trotz anfänglichen Depressionen, Angstzuständen und Tränenausbrüchen habe ich die Sache gemeistert. Ich wusste ja, dass dies dazugehört. Gleich zu Beginn des Aufenthaltes wurde mit mir das therapeutische Programm besprochen. Die Einzelsitzungen in Form von Wahrnehmungs-, Hör-, Physio- und Psychotherapie haben mir ausgesprochen gut getan. Das Training in der Genussgruppe habe ich leider zur Hälfte verpasst, weil es Terminüberschneidungen mit der Hörtherapie gab; diese hatte Priorität. Trotzdem habe ich von dort gute Impulse mitbekommen. Das Training sozialer Kompetenz war für mich ein Aufzeigen neuer Wege, um anders bzw. richtig zu leben, auf die eigene Stimme zu hören und persönliche Bedürfnisse anzubringen. Dazu gehört auch lernen, im richtigen Moment nein zu sagen. Alle diese Therapien haben mir geholfen, den Tinnitus akustisch in den Hintergrund treten zu lassen. Ebenso wurde mir gezeigt, wie ich mich beruflich und geschäftlich weiterhin verhalten muss und kann. Die umfassende Betreuung während meines Aufenthaltes in der Klinik hilft mir, in Zukunft mit dem Tinnitus zu leben. Diesen habe ich definitiv akzeptiert. Ich lebe seither viel entspannter, mache täglich meine Übungen die mir in der Physiotherapie gezeigt wurden, trainiere im Fitnesscenter, trainiere mein Gehör und höre sehr gerne klassische Musik, speziell Mozart. Glücklicherweise gehöre ich zu den Menschen, die zu dieser Art Musik eine intensive Beziehung haben.

Während meines Aufenthaltes war der Kontakt mit den Mitpatienten ausgezeichnet. Es fanden regelmäßig gute Gespräche mit der zugewiesenen Bezugsperson des Pflege teams statt. Im Gegensatz zu den Aktivitätsabenden war das gemeinsame Kochen an den Donnerstagabenden sehr beliebt. Mit meinem Zimmernachbar war ich ein Mal an der Reihe. Unglücklicherweise habe ich bei der Zubereitung des Desserts tief in den linken Daumen geschnitten. Wie immer war jemand vom Pflege team sofort zur Stelle und hatte mich liebevoll verarztet. Ohne Aufforderung wurde die Wunde regelmäßig kontrolliert.

Mir haben die fünf Wochen in der Klinik sehr geholfen und ausgesprochen gut getan. Ich habe viel gelernt und meine Erwartungen wurden zu 100% erfüllt. Der Abschied ist mir schwer gefallen und ich denke gerne an diese Wochen in Chur zurück.