



Op deze informatiebijeenkomst krijgt u eenmalig intensief uitleg en advies over tinnitus/hyperacusis. In deze folder leest u meer hierover.

Doel van de bijeenkomst

Op deze dag krijgt u informatie over:

- wat is oorsuizen en overgevoeligheid voor geluid
- hoe ontstaat het en waarom bij de ene persoon wel en de andere niet
- wat zijn de oorzaken en wat zijn de gevolgen
- hoe is het beheersbaar en hanteerbaar te maken.

Deze informatie wordt geboden in de vorm van een uitgebreide presentatie gebaseerd op wetenschappelijke studies. Belangrijke doelstellingen van de bijeenkomst zijn vergroting van inzicht, geruststelling, en advisering over aanpassingsgedrag waarmee de klachten beheersbaar en verminderd kunnen worden. Door de nieuwe inzichten leert u dat het mogelijk is om de klachten bij tinnitus en hyperacusis te beïnvloeden, dat u niet machteloos staat. Dit in tegenstelling tot de veel gehoorde stelling dat 'er niets tegen te doen' zou zijn. Soms kan een aanvullende, andere psychologische behandeling een onderdeel van de aanpak zijn.

Voor wie is deze bijeenkomst bedoeld

De bijeenkomst is bedoeld voor iedere persoon die last heeft van oorsuizen, piepen, zoemen, brommen, bonken, melodieën, liedjes (zonder tekst) en dergelijke of overgevoeligheid voor geluid (hyperacusis), ongeacht de achterliggende oorzaak of leeftijd. De bijeenkomst is intensief en daarom minder geschikt voor mensen met een verstandelijke beperking,

Informatiebijeenkomst tinnitus / hyperacusis

ernstige slechthorendheid of een ernstige neurologische of psychiatrische ziekte naast de gehoorproblematiek. Voor deze mensen wordt een individuele afspraak met de psycholoog van het tinnitusteam geadviseerd.

De bijeenkomst vindt plaats in groepsverband, maar is geen groepstherapie of gespreks-groep. Beperkte gehoorbeschadiging is daarom geen belemmering voor deelname. Normale verstandelijke vermogens worden wel voorondersteld. Partners zijn ook welkom.

Hoe lang duurt de bijeenkomst

De bijeenkomst is eenmalig en bestaat uit 2 sessies van 1 uur met een half uur pauze tussen beide sessies in. U hoeft er dus maar 1 keer voor naar het ziekenhuis te komen. Tijdens deze bijeenkomst wordt beoordeeld of u baat kunt hebben bij aanvullende hulp-middelen of technieken, die in uw specifieke situatie kunnen worden gebruikt. Aanvullend kan ook worden bepaald of u behoefte heeft aan een individuele afspraak met de psycholoog of maatschappelijk werker van het tinnitusteam ter bespreking van eventuele verdere ondersteuning. U kunt uiteraard ook besluiten het bij deze bijeenkomst te laten.

Werkwijze

De bijeenkomst begint met een inleiding. Er wordt gewerkt vanuit een presentatie met hand-outs, aanbevelingen voor doe-het-zelf-interventies en oefeningen (informatiemap). De inhoud van de informatiemap wordt doorgenomen. .

Eerste sessie

Vervolgens wordt gestart met het eerste onderdeel: de oorzaken, invloeden en gevolgen bij tinnitus en hyperacusis. Dit onderdeel is gericht op het inzicht in het hoe en waarom van de klachten. Tijdens de presentatie is er ruime gelegenheid voor het stellen van vragen. Door het inzicht in de problematiek wordt duidelijker hoe de klachten beperkt en hanteerbaar kunnen worden.

Pauze

Na een pauze van het ongeveer 30 minuten volgt de tweede sessie.

Tweede sessie

Tijdens het tweede onderdeel van de bijeenkomst wordt specifiek ingegaan op de mogelijkheden en hulpmiddelen om in ieders individuele situatie de gehoorklachten terug te dringen. Hierbij zullen algemene adviezen en technieken aan de orde komen, maar ook voor de deelnemers individueel gerichte suggesties en aanbevelingen, afhankelijk van de persoonlijke behoeften en omstandigheden. Doel is de effecten van tinnitus en hyperacusis op lichaam en geest af te laten nemen. En daarmee een herstel van welzijn en sociaal functioneren te bevorderen.

Ongeveer 2 maanden na de cursus wordt u benaderd om te evalueren of er nog sprake is van een hulpvraag.

Wanneer

De bijeenkomst vindt plaats op iedere vrijdag van 10.00 - 12.30 uur.

Waar

De bijeenkomst wordt gehouden op de polikliniek KNO, Erasmus MC, locatie Rotterdam-Centrum, gebouw D, 1e etage. Het telefoonnummer van de polikliniek is (010) 704 01 20.

Aantal deelnemers

Er kunnen maximaal 10 - 12 patiënten per bijeenkomst deelnemen.

Kosten en eventuele vergoeding

De kosten van deze bijeenkomst worden in rekening gebracht bij uw zorgverzekeraar. Vraagt u bij uw zorgverzekeraar na of deze kosten worden vergoed. De kosten kunnen ook uw eigen risico beïnvloeden.

Aanmelding

Aanmelding voor de informatiebijeenkomst tinnitus/hyperacusis is vrijwillig. Als u in het Erasmus MC bent geweest voor tinnitus (of hyperacusis) klachten en u heeft interesse in deze bijeenkomst, wordt u aangemeld door de KNO-arts of audioloog. Deze aanmelding vindt alleen plaats op uw verzoek. U krijgt vervolgens een schriftelijke uitnodiging.

Het is mogelijk deze bijeenkomst te combineren met eventueel lopende afspraken bij andere specialisten of audioloog.

Verhinderung

Meldt u zich bij verhindering van de afspraak zo snel mogelijk af, *uiterlijk 24 uur van te voren*. Dit is belangrijk om de wachttijd zo kort mogelijk te houden; er kan dan iemand anders voor u in de plaats deelnemen. U kunt aangeven of u een andere keer wilt deelnemen.

Belt u naar de afsprakenbalie van de polikliniek KNO (010) 704 01 20 (keuze 1).

Buiten kantooruren kunt u een mail sturen aan: secre.knopoli@erasmusmc.nl (ook hier geldt uiterlijk 24 uur voorafgaand aan uw afspraak).

Voor alle niet nagekomen afspraken wordt het wegblijftarief in rekening gebracht en dit wordt niet vergoed door de zorgverzekering.



www.erasmusmc.nl