



# Ich bin ein **KREISMEISTER**

Dieses Geräusch. Als wenn ein unsichtbarer Geiger einen unendlich langen Bogen über eine Saite zieht. Tinnitus sagte der Arzt. Ich hörte das Wort zum ersten Mal. Und dachte noch, irgendwann hört der Mann im Ohr auf zu spielen. Tat er nicht. Ich musste lernen, mit ihm zu leben. Ohne die Selbsthilfe wäre mir das nie gelungen.

**Renate Gössel**

Tinnitus-Selbsthilfegruppe, Perleberg



Lesen Sie diese und weitere Geschichten unter:

**[www.kreismeister-selbstgemacht.de](http://www.kreismeister-selbstgemacht.de)**



# Der Geiger im Ohr

Renates Weg zur Kreismeisterin

Den größten Teil meines Lebens habe ich in einer Krippe gearbeitet. Immer Trubel. Immer Kinderlachen. Das war schön. Ich habe mich auf meinen Lebensabend gefreut. Plötzlich war es da. Dieses Geräusch. Als wenn ein unsichtbarer Geiger einen unendlichen Bogen über eine Saite zieht. Tinnitus, nannte mein Hausarzt den Geiger. Und verschrieb mir Tabletten. Der Ton blieb. Eines Tages las ich die Annonce einer Tinnitus-Selbsthilfegruppe. Bei dem einen saß ein ganzes Orchester im Ohr, bei dem anderen nur ein Trommler. Und ich begriff, hier geht es nicht um Musik. Hier geht es um Schmerz.

Was, wenn kein Arzt helfen kann? Ich fand heraus: Bis heute ist die Selbsthilfegruppe die einzige Medizin. Aber du kannst sie dir nur selbst verschreiben. Sie bringt die Klänge im Ohr nicht zum Schweigen. Aber sie lenkt ab und saugt Kummer auf. Schwerer Tinnitus ist Terror. Lärm ist eine Foltermethode. Folter ist geächtet. Tinnitus ist Folter, mit der wir leben müssen.

Die Selbsthilfe hat mir gezeigt, wie das funktionieren kann. Mein Wissen gebe ich nun weiter. Ich leite heute selbst eine Selbsthilfegruppe.

Lesen Sie die ausführliche und weitere Geschichten unter:  
[www.kreismeister-selbstgemacht.de](http://www.kreismeister-selbstgemacht.de)

Unserer Umwelt zuliebe wurde diese Karte auf umweltfreundlichem Recyclingpapier gedruckt, ausgezeichnet mit dem FSC®-Zertifikat für Papier aus Recyclingmaterial, dem Blauen Engel und dem EU-Ecolabel.