



Als Musikerin brauche ich das absolute Gehör. Mit Tinnitus geht nichts mehr. Living Nature konnte mir gut helfen.

Tinnitus heilen und Prävention

In meinem Beruf als Musikerin bin ich auf ein absolutes Gehör angewiesen. Die Tinnitus Prävention gibt mir Sicherheit, zudem konnte ich mein Gehör noch verbessern.

Wir haben immer wieder Musiker, die erst zu uns kommen, wenn Ohrengeräusche ihre Existenz bedrohen.

Lassen Sie es gar nicht so weit kommen, denn mit Wissen beugen Sie vor und meiden Ohrengeräusche und schlechtes Hören. Viele Klienten sind der Meinung, dass Ihr Gehör nach dem umsetzen unserer Informationen generell besser wurde.

Stoppen Sie Ihren Tinnitus

Tinnitus ist neben Burnout zu einer bedrohlichen Neuzeitkrankheit - einer weiteren Zivilisationskrankheit - geworden. Den Tinnitus stoppen ist nur möglich, wenn Sie bereit sind, einiges in Ihrem Leben zu ändern und aktiv zu werden. Mit Pillen oder zusätzlichem Lärm, wie zum Teil von Ärzten empfohlen, heilen Sie keinen Tinnitus.

Der gesunde Menschenverstand ist auch hier, wie bei fast allen Beschwerden und Krankheiten, mehr als gefragt.

Tinnitus ist ein klares Warnzeichen und zeigt wie wir mit unserem Körper, vor allem mit unserer Seele umgehen!

Tinnitus stoppen - natürlich stoppen

Beschwerdefrei und gesund leben bis ins hohe Alter könnte so einfach sein. **Wenn...**

Wenn wir vermehrt auf unseren Körper hören, acht geben und bewusster durchs Leben gehen würden.

Der Körper reagiert recht schnell und gut, wenn wir ihm zu viel zumuten.

Ihre Ohren - Ihr Gehör - sagt Ihnen unmissverständlich, dass Sie etwas falsch machen, dass etwas nicht stimmt.

Es beginnt mit Rauschen, Klingeln, Pfeifen, Surren, Klopfen...

Die Untersuchung beim Facharzt bringt zum Glück oft keine Ergebnisse. Also es bestehen keine Krankheiten, keine Entzündungen, keine Tumore...

Beim Schulmediziner wollen Patienten eine Sofortlösung mit chemischen Substanzen. Doch die gibt es nicht. Der Körper hasst nichts mehr als Chemikalien, die ihn schwächen. Die Geräusche werden stärker und gehen gar nicht mehr zurück. Warum? Weil viele chemische Substanzen Tinnitus fördern!

Die Aussage des Arztes erstaunt dann: «Sie müssen mit den Geräuschen halt leben».

Ist das tatsächlich so? Nein, das ist Unwissen des Arztes.

Führen wir doch einmal auf, wieso das Gehör rebelliert und Ihnen mitteilt, dass Sie was ändern müssen:

- Ständige Lärmbelästigung
- Stress, Ärger, Depression, Burnout, blockierte Lebensenergie
- Chemische Substanzen, ca. 500 Inhaltsstoffe können Tinnitus und Ohrengeräusche auslösen. Quelle: Arzneimitteldatenbank.
- Alkoholgenuss
- Drogen
- Rauchen
- Ernährung
- Nährstoffmangel
- Übersäuerter Körper, täglich
- Elektrosmog (Handy, Mikrowelle, Computer, TV...)
- Bewegungsmangel oder zu viel Bewegung, dadurch verspannte zu harte Muskeln, die drücken
- Beschränkungen am Bewegungs-Apparat
- Hörsturz, Durchblutungsstörungen, Arteriosklerose (verengte, verstopfte und abgestorbene Äderchen. Blutverdünner und andere Mittelchen nützen da nichts!). Die dadurch Betroffenen haben ein hohes Risiko auch einen Herzinfarkt oder Hirnschlag

zu erleiden.

- Verknöcherung, Knochenwachstum (Osteosklerose), kleinste Knochensporne, Verkalkungen im Ohr oder rund ums Ohr
- Schulter-, Nacken- und Kiefernverspannungen, auch mit Schmerzen
- Schleimhautentzündungen (auch Nebenhöhlenentzündungen)
- Ohrenentzündungen
- Beschädigter Hörnerv
- Gefäss- oder Hirntumor
- Schwermetallbelastung

Zahlreiche Bücher behandeln das Thema „Tinnitus heilen“. Wir haben einige davon gelesen, weil immer neues versprochen wird. Doch es gibt eigentlich nichts neues und das Wichtigste wird gar nie konkret beschrieben. Auch in Therapien, in (Tinnitus-) Kliniken, bei den teuersten Ärzten fehlt das Wissen.

Rein gar nichts bringen chemische Substanzen, Laser- oder sogar Nervengiftbehandlungen und anderer Schnickschnack. Akustische Hilfsmittel übertönen nur das Geräusch... bis Sie wahnsinnig werden vom ewigen Krach in Ihren Ohren. Hörgeräteverkäufer, sogenannte Hör- und Akustik-Spezialisten, haben keine Ahnung. Sorry, aber es ist so.

In unserer Tinnitusfreitherapie-Onlineberatung gehen wir an die Wurzeln des «Problems». Es gibt keine Pille gegen Tinnitus, aber Wissen. Mit diesem Wissen können Sie die eigene Heilung unterstützen und Ihre Ohren nicht nur wieder in Einklang, sondern auch zur Ruhe bringen. In der Regel schnell und gut. Erwarten Sie jedoch keine Lösung auf Knopfdruck. Ihr Körper braucht etwas Zeit und vor allem von Ihrem Gehirn Verständnis, dass er selber heilen kann.

Unsere Living Nature® Tinnitusfreitherapie Beratung stoppt Ihre

Ohrengeräusche

Besuchen Sie zuerst einen HNO-Arzt, damit er abklären kann, ob kein technisches Problem (z.B. Verknöchern oder Tumor) vorliegt.

Konkret beinhaltet unsere Tinnitusfreitherapie und -Beratung folgendes:

- Körper nicht noch mehr vergiften sondern entgiften!
- Achtsamkeitsübungen! Wie Sie ungesunde Gewohnheitsmuster durch achtsame Gewohnheiten ersetzen können.
- Sehr wichtig: Herzkohärenztraining (Herzschlag und Atmung stimmen überein. Sie entspannen, eine innerliche Ruhe nehmen Sie wahr. Ganz natürlich, ohne Chemie.).
- Sich Auszeiten einräumen, täglich. Wie geht das?
- Alle Sinne wieder einmal wecken und schärfen.
- Gesunde Ernährung und Körperpflege ohne Gifte.
- Sehr wichtig: Tinnitusfrei-Bewegung und Störungen des Körpers auffinden und beheben. Verspannungen im Kopf-, Nacken-, Schulter- und Rücken lösen.
- Die Freuden des Alltags wieder kennen lernen.
- Evtl. der Umgang mit Vorgesetzten oder Mitarbeitern überdenken.
- Schwierige Situationen meistern.
- Zufrieden sein und Gelassenheit finden.
- Was heisst Glück, glücklich sein?
- Was sollten Sie unbedingt vermeiden?
- Alle chemischen Substanzen, die Sie nehmen überdenken.

Der Erfolg liegt in Ihren Händen. Niemand kann Ihnen den Tinnitus (Ohrgeräusche...) auf Knopfdruck nehmen. Nur Sie sind dazu in der Lage. Das heisst, wenn Körper, Geist und Seele miteinander harmonisieren verschwindet der Tinnitus. Das braucht etwas Zeit, nehmen Sie sich diese Zeit. Klappt es nicht auf Anhieb, ärgern Sie sich nicht, sonst verstärken Sie den Tinnitus.

Ist Tinnitus die Folge von chemischen Substanzen, brauchen Sie unter Umständen mehrere Monate bis zu zwei Jahre bis der Tinnitus abheilt. (In den Beipackzetteln wird selten Tinnitus als Nebenwirkungen aufgeführt. Weil es mittel- oder langfristige Nebenwirkungen sind.)

Holen Sie sich das notwendige Fachwissen um gesund zu werden,
[jetzt und hier...](#)

In diesen Fällen können wir nichts für Sie tun:

- Verknöcherung, Knochenwachstum (Osteosklerose), kleinste Knochensporne, Verkalkungen im Ohr oder rund ums Ohr
- Beschädigter Hörnerv
- Gefäss- oder Hirntumor

Weitere Themen, die Sie interessieren können:

[Hörverlust. Warum hören wir im Alter schlechter?](#)

[Ohrenentzündung](#)

[Hörsturz](#)

[Morbus Menière](#)

Folgende Übungen können Tinnitus lösen, wenn er durch Verspannungen ausgelöst wird:

Wenn diese Übung nicht helfen, melden Sie sich bei uns.

1. Kneten Sie das Ohr mit Daumen und Zeigefinger 36 Mal von unten nach oben, beginnend am Ohrläppchen unterhalb des Ohrs.

[Wu Kuo-pin Tinnitus Exercises #1.mp4](#) from [HK EpochTimes](#) on [Vimeo](#).

2. Öffnen Sie den Mittelfinger und den Zeigefinger in Form eines V. Platzieren Sie sie jeweils vor und hinter dem Ohr und drücken Sie 36 Mal von unten nach oben in eine Richtung.

3. Legen Sie Ihre Handfläche gerade auf das Ohr und falten Sie die Ohrenklappe 36 Mal hin und her.

4. Mit den Handflächen zum Gehörgang zeigend, platzieren Sie Ihre Mittelfinger horizontal auf dem Hinterkopf und die Zeigefinger über dem Mittelfinger. Streichen Sie mit dem Zeigefinger von den Mittelfingern nach unten, um 36 Mal auf den Hinterkopf zu tippen. Zu diesem Zeitpunkt hören Sie ein pochendes Geräusch wie eine Trommel. Dies ist die uralte „Heavenly Drum“-Methode.

5. Nachdem Sie das Ohr mit der Handfläche nach innen gedrückt haben, ziehen Sie es sofort wieder heraus. Tun Sie dies 36 Mal.

6. Wenn es Knoten oder Schmerzpunkte um die Ohren gibt, massieren Sie sie, um sie zu lösen.

7. Die temporale Knochenstruktur um das Ohr herum sollte massiert und gedrückt werden, um den intrakraniellen Druck um das Ohr herum abzubauen.

Quelle für die Übungen:

https://www.theepochtimes.com/health/10-simple-exercises-to-improve-tinnitus-and-deafness_4846116.html?utm_source=ai&utm_medium=search

Zu empfehlen ist zudem Bewegung, z.B. joggen und/oder eine 1/4 Stunde zu Hause hüpfen, Armkreisen usw.