

Min Tinnitus – 1 april 2022:

- Savner informasjon ang tinnitus, hjelp å få. Lite hjelp av fastlegene, vet ikke nok.
- Hele hodet er fylt av lyder. Sliten
- Søvnproblemer. Nedsatt hørsel. Nedsatt livskvalitet. Påvirkning dagliglivet. Hodepine. Økende problem etter hvert som årene går
- Tinnitus som «Liten lekkasje på vannslange». Savner stillhet
- Lære å leve med tinnitus
- Nedsatt hørsel, overfølsom med lyd, søvnforstyrrelse, hodepine, spenning og smerter, nedsatt livskvalitet, konsentrasjonsproblem, tretthet
- Høyfrekvent støy som eskalerer når utsatt for mye lyd. Maskerer «normale» hørselsinntrykk, virker som lyden kommer fra «inni» hodet
- Savner stillhet veldig; mellom tortur og helt OK. Flere lyder, konstant høyt. Vanskelig å håndtere tinnitus + finne tid med full jobb, familie etc
- Høyfrekvent støy som føles utmattende
-