

---

Subject: Tinnitus was hilft?

Posted by [Foxi](#) on Sun, 15 Jul 2012 15:54:22 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

gibt es was ,was bei Tinnitus hilft?  
bzw. das dieses lästige Pfeiffen stiller wird?

war schon beim HNO meinte Kortison Infusion  
und so ne Infusion für die Durchblutung  
beide aber Hammer Nebenwirkungen

Diazepam sollte auch helfen ,soll das ganze beruhigen

Tips erbeten

Foxi

---

---

Subject: Aw: Tinnitus was hilft?

Posted by [Jürgen87](#) on Mon, 16 Jul 2012 20:40:58 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Minox soll gut helfen...haste das schonmal ausprobiert?

Nein das war gemein - ich sage dir umso mehr du über das Geräusch nachdenkst, desto  
lauter kommt es dir zumindest vor und umso mehr stört es dich.

Ich habe seit meinem 14. Lebensjahr einen Tinnitus der nicht wirklich leise ist und wenn ich mich  
reinsteigere wird er schlimmer.

Therapien kannst du durchprobieren, ist aber nicht wirklich gut behandelbar.

---

---

Subject: Aw: Tinnitus was hilft?

Posted by [Foxi](#) on Wed, 18 Jul 2012 17:17:50 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich war heut wieder beim Endo

Tinnitus sagt er kommt eher von Finasterid und von Kortison  
weil der Körper unter Stress steht

hab auch einen Test machen müssen wegen der verfettung da ich einige Zeit Kortison nehmen  
mußte!

hab 2mg Kortison bekommen,1Stunde danach bekam ich Tinnitus bzw. wurde er 10x stärker  
wurde unruhig im ganzen Körper -zittrig-nervös

---

dieser Test wird gemacht ob ich zuviel Cortisol im Körper habe und event. nicht richtig abgebaut wird!

sogar bei diesen 2mg Knallrotes Gesicht bekommen, von der Brust aufwärts zudem noch brennende rote Augen, wie bei Fin auch!  
ich scheine das Zeugs nicht zu vertragen, auch nicht in dieser Minidosierung

Foxi

---

Subject: Aw: Tinnitus was hilft?  
Posted by [Legende](#) on Sat, 21 Jul 2012 09:47:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Foxi

Probier doch mal die 14 Goldene Regel, also von 16 Uhr nichts mehr essen?

--

Was hat es auf sich mit dieser "goldenen" Regel?

Um Ihrer Haut etwas Gutes zu tun, können Sie ihr helfen bei der Zellerneuerung. Die Zellerneuerung findet während der Nacht statt. Wenn Sie Ihren Körper nicht im Verdauungsprozess halten, kann der Körper besser Ihre Zellen erneuern.

1Die goldene 14-Stunden-Regel kann Ihren Körper gut helfen, Ihre Zellen besser zu erneuern. Dadurch wirkt Ihre Haut glatter und jugendlicher.

2

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Ihre Zellerneuerung sich wesentlich verbessert. Nach etwa vier Wochen verdoppelt sich Ihre Zellerneuerung. Ihre Zellen, die verbraucht sind, werden abgestoßen, und neue Zellen produziert der Körper in der Erholungsphase (wenn Sie schlafen). Dabei ist es wichtig, dass Ihr Körper nicht mehr im Verdauungsprozess steckt.

3

Sie sollten Ihre Ernährungsweise umstellen, wenn Sie dem Prozess der Zellerneuerung unterstützen möchten. Hierbei sollten Sie beachten, dass Sie nach 16:00 Uhr keine Nahrung mehr zu sich nehmen.

4

Dies ist die goldene Regel, in der Sie mindestens 14 Stunden keine Nahrung aufnehmen dürfen. Dies gilt auch für süße Getränke sowie Alkohol, da diese viele Kalorien besitzen und der Körper wieder im Verdauungsprozess eingebunden ist.

5  
Wenn Sie die goldene 14-Stunden-Regel für vier Wochen durchhalten, können Sie an Ihrem Körper feststellen, dass dieser jünger aussieht und Sie sich frischer fühlen.

6  
Ein angenehmes Nebenprodukt ist, dass Sie einiges an Gewicht verlieren. Dies ist ein angenehmer Effekt, wird aber nicht unbedingt gewollt.

7  
14 Stunden oder sogar mehr

Wichtig ist es, dass Sie sich gesund ernähren. Sie sollten ein ausgiebiges und gesundes Frühstück zu sich nehmen.  
Sie brauchen auf keine Kalorien zu achten. Die Nahrung sollte Ihnen gut tun. Hierfür eignen sich Vollkornprodukte sowie Obst oder Gemüse.

1  
Achten Sie auch, während Sie die 14-Stunden-Regel einhalten, um Ihre Zellen zu erneuern, dass Sie ausreichend Flüssigkeit zu sich nehmen.  
Es sollten 3 Liter täglich sein. Dies unterstützt den Körper.

--

Also er sagt ganz klar :  
Durch die hypophyse, wird ein Wachstumshormon frei gesetzt und das soll unser Körper überall dort reparieren  
wo Schäden sind

Eigentlich müssten unsere Haare so wieder wachsen. Wenn das so stimmt was er sagt.

Das ist der Doktor ab 17 min.

<http://www.youtube.com/watch?v=TDsgHwXRW8s>

---

Subject: Aw: Tinnitus was hilft?  
Posted by [Foxi](#) on Sat, 21 Jul 2012 10:04:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

kimimaro

ja das kenn ich schon  
ist ne Art Heilfasten

ich probier eh viel schlaf und wenig essen  
ab 16Uhr esse ich schon lange nix mehr  
höchstens mal nen Apfel oder Johgurt

