uitgeverij SWP

Help, het is nooit stil

Omgaan met tinnitus/oorsuizen vertaald door Mariska Reijmerink

Veel mensen hebben last van een constant oorsuizen, ook wel tinnitus genoemd. Op dit moment is er geen medicijn voorhanden dat het hinderlijke geruis kan verhelpen. Maar ook zonder pillen blijken er oplossingen mogelijk. De klinisch psycholoog Richard Hallam geeft in deze uitgave aan op welke manier mensen die last hebben van oorsuizen daarmee zo kunnen omgaan dat de oorspronkelijke herrie in het hoofd acceptabele vormen aanneemt. Gebaseerd op zijn lange ervaring heeft hij een brede en succesvolle psychologische aanpak ontwikkeld om met oorsuizen om te gaan.

Het boek geeft in begrijpelijke taal inzicht in de aard van het probleem en de gevolgen ervan voor het dagelijks leven. Ook geeft het duidelijke technieken om een zelf-analyse te maken - een enquête en het bijhouden van een dagboek - om het oorsuizen terug te dringen. De uitgave is voorzien van een lijst met medische termen, adressen en een trefwoordenregister.

Door de vele praktische zelf uit te voeren aanwijzingen is deze uitgave een 'persoonlijke' gids tegen oorsuizen.

Uitgave in samenwerking met de Nederlandse vereniging voor Slechthorenden (NVVS)
Meer info over de vereniging: http://www.nvvs.nl



ISBN:
9789066652200

Auteurs:
Richard Hallam

Meer info:
swpbook.com/56