



PALVELUT TINNITUKSEN JA ÄÄNIYLIHERKKYYDEN HOITOON

asiakaspalvelu@auris.fi
<http://kauppa.auris.fi>
www.auris.fi/tinnitus

Kuulo-Auris Oy tarjoaa asiantuntevaa tinnituskonsultaatiota ja tinnitushoitoa kognitiivisen käyttäytymisterapian (CBT) menetelmin. Palvelua toteuttaa tinnitukseen ja ääniyliherkkyyteen erikoistunut psykologimme Kristiina Laakso, joka on toiminut Kuulo-Auris Oy:ssä kuulon kuntoutuksen parissa useita vuosia. Kristiina Laaksolla on tinnitus- ja ääniyliherkkyyshoidon (CBT-menetelmin) sertifikaatti.



PSYKOLOGIN TINNITUSKONSULTAATIO

Psykologin tinnituskonsultaatio sopii sinulle, jos haluat ensisijaisesti tietoa tinnituksesta ja ääniyliherkkyydestä sekä niihin liittyvistä hoidoista (kesto noin 60 minuuttia/tapaaminen). Nykyiset oireesi vaikuttavat esimerkiksi sosiaaliseen elämään, voimavaroihin sekä työssä ja vapaa-ajalla jaksamiseen. Ennen konsultaatioon hakeutumista on suositeltavaa keskustella oman lääkärin kanssa mahdollisten poissuljettavien sairauksien varmentumiseksi. Konsultaatio ei sisällä kuulon tai korva-, nenä- ja kurkkualueen tutkimusta eikä näiden sairauksien diagnosointia.

Psykologin konsultaatiossa arvioidaan jatkohoidon tarve ja sopiva hoito-ohjelma

Konsultaatiota voidaan jatkaa yksilöllisen tarpeen mukaan 1-2 konsultaatiotapaamisella. Tapaamiset voivat tapahtua joko kasvotusten tai etäyhteydellä. Tapaamisten väleissä harjoitteiden viemistä arkeen voidaan tukea sähköisen mobiilivalmennuksen avulla. Tapaamisten jälkeen saat kirjallisen hoitoraportin. Pitkään jatkunutta ja elämänlaatua heikentävää tinnitusta ja ääniyliherkkyyttä hoidetaan puolestaan intensiivisellä hoitomuodolla kognitiivisen käyttäytymisterapian (CBT) menetelmin (kuvaus alla). Tinnituskonsultaatiossa arvioidaan tämän hoidon soveltuvuus sinulle.



TINNITUSHOITO (CBT-MENETELMIN)

Tinnitushoito (CBT-menetelmin) sopii sinulle, jos olet kärsinyt tinnituksesta ja ääniyliherkkyydestä pitkään ja se vaikuttaa arkeesi elämänlaatua heikentävästi. Sinulla saattaa olla tinnituksen lisäksi muita oireita, kuten ahdistusta, unettomuutta ja mielialan laskua. Hoitoa toteutetaan kognitiivisen käyttäytymisterapian (CBT) menetelmin. Hoitojakson aikana sinua opetetaan kehittämään yksilöllisiä ja vaihtoehtoisia ajatus- ja käyttäytymismalleja sekä soveltamaan niitä arjessasi. Tavoitteena on oireiden häiritsevyyden vähentäminen ja voimavarojen sekä itsehallintakeinojen lisääntyminen. Saat tukea myös tinnitus- tai ääniyliherkkyysoireisiin liittyviin psykologisiin liitännäishäiriöihin, kuten ahdistukseen, masennukseen ja unettomuuteen.

Tinnitushoito kestää 6-8 viikkoa, sisältäen yhteensä kuusi tapaamiskertaa (noin 60 minuuttia/tapaaminen) sekä tarpeen mukaan seurantakäynnin. Sitoutuminen hoitoon on olennaista ja tapaamisissa työskennellään ratkaisukeskeisesti. Välitapaamiset voivat toteutua tarvittaessa etäkontaktin avulla ja tapaamisten välille saat ohjattuja käytännön harjoitteita. Tapaamisten jälkeen saat kattavan raportin hoidon kulusta ja jatkosuosituksista.

VARAA PALVELU SUORAAN VERKKOKAUPASTA

<http://kauppa.auris.fi>

LISÄTIETOA

Kuulo-Auris Oy

www.auris.fi/tinnitus (lataa myös esitteemme!)

asiakaspalvelu@auris.fi

HINNAT

Huomio! Tinnitushoitomme eivät sisällä kuulon tai korva-, nenä- ja kurkkualueen tutkimusta eikä näiden sairauksien diagnosointia. Keskustele ennen tinnitushoitoihimme hakeutumista oman lääkärisi tai hoitavan tahon kanssa mahdollisten poissuljettavien sairauksien tai diagnoosien varmentumiseksi.

Varaathan aina ensin yhden psykologin tinnituskonsultaatiokäynnin!

Tinnituskonsultaatio ensikäynti (kesto noin 60 minuuttia). Ensikäynnillä arvioidaan sinulle sopiva hoito-ohjelma (jatkokonsultaatio tai tinnitushoito CBT), jonka jälkeen tapaamisia on mahdollista jatkaa kasvokkain tai etäyhteyden avulla.

Psykologin tinnituskonsultaatio

- **Yksi tinnituskonsultaatio: ensikäynti 160 euroa (alv. 0%)**
Varaa tämä tapaaminen ensin. Psykologin tinnituskonsultaatiossa arvioidaan jatkohoidon tarve ja sopiva hoito-ohjelma
- **Kaksi psykologin tinnituskonsultaatiota sisältäen sähköisen valmennuksen: jatkokäynnit yhteensä 390 euroa (alv. 0%)**

Tinnitushoito (CBT - menetelmin)

- **Yksi tapaaminen 160 euroa (alv. 0%),**
- **Kuusi tapaamiskertaa 960 euroa (alv. 0%)**
Tinnitushoito (CBT) sisältää kokonaisuudessaan yhteensä kuusi käyntikertaa. Yhdeksi käyntikerraksi luetaan mukaan ensimmäinen konsultaatiokäynti: ensikäynti. Voit maksaa tapaamiset verkkokaupassamme yksi kerrallaan tai koko pakeettina (6 kpl)

Tinnituspalvelut ovat omakustanteinen terveydenhoitopalvelumme. Tinnituspalvelumme eivät ole Kelan palveluita eikä niistä voi saada Kela-korvausta. Kysy meiltä lisää tai katso internet – sivut www.auris.fi/tinnitus