



**Hören.
Der Sinn deines Lebens.**

Eine unbehandelte Schwerhörigkeit hat Folgen

Eingeschränktes Hörvermögen kommt in jedem Lebensalter vor – bei Kindern und Jugendlichen genauso wie bei Erwachsenen und Senioren. Nach den Kriterien der Weltgesundheitsorganisation (WHO) liegt die Häufigkeit von

Schwerhörigkeit in Deutschland bei 16 Prozent der erwachsenen Bevölkerung. Ab einem Alter von 70 Jahren liegt die Wahrscheinlichkeit für eine Schwerhörigkeit bei 50 Prozent.¹

Schwerhörigkeit kann verschiedene Ursachen haben. In den meisten Fällen setzt sie schleichend ein und wird anfangs nicht wahrgenommen. Manche Betroffene verdrängen das Problem und wollen die fortschreitende Abnahme ihrer Hörfähigkeit nicht wahrhaben.

Dabei ist erwiesen, dass eine unbehandelte Schwerhörigkeit den kognitiven Leistungsverlust beschleunigen, eine Depression begünstigen sowie das Sturzrisiko erhöhen kann. Je früher also eine Hörminderung erkannt wird, desto eher kann sie versorgt und eine sie ggf. auslösende Erkrankung diagnostiziert und behandelt werden.

Fehlende Frequenzen im Gespräch

Je nach Ursache, Art und Schweregrad einer Hörminderung kann nicht nur das Lautstärkeempfinden betroffen sein, sondern auch die Wahrnehmung bestimmter Tonhöhen. Sie werden als Frequenzen gemessen und in der Einheit Hertz angegeben. Gesunde Ohren hören ein Frequenzspektrum bis ungefähr 16.000 Hertz, maximal aber 20.000 Hertz. Frequenzen, die über diesem Wert liegen, lösen im Innenohr keine Schallempfindung mehr aus. Am besten hören wir den Frequenzbereich zwischen 500 und 6.000 Hertz – dies ist genau der Tonhöhenumfang der menschlichen Sprache.

Wer hohe Töne nur noch eingeschränkt wahrnimmt, unterliegt charakteristischen Missverständnissen im Gespräch. Vor allem stimmlose Mitlaute mit hohem Geräuschanteil wie S, F und SCH werden verwechselt – was den Sinn des Gesagten mitunter erheblich entstellt. Beispiele für eine Verwechslungsgefahr bei Hörminderung sind unter anderem „Baum“ und „Raum“, „Sand“ und „Hand“ sowie „Laus“ und „Maus“.

Woran man eine Hörminderung erkennt:

- ▶ Telefon- oder Türklingel wird häufiger überhört.
- ▶ Geräusche, die früher als störend empfunden wurden, werden nicht mehr wahrgenommen – zum Beispiel Lüfter-Geräusch vom Computer, Piepsen der Mikrowelle oder zeitweiliges Kühlschranksbrummen.
- ▶ Keine Reaktion auf Naturgeräusche beim Spaziergang im Freien wie Vogelstimmen oder das Rauschen der Blätter im Wald.
- ▶ Fernseher, Radio und Stereoanlage laufen lauter als gewöhnlich.
- ▶ Besonders häufige Nachfragen am Telefon.

Prävention: wichtig auch für junge Ohren

Die Weltgesundheitsorganisation weist darauf hin, dass Jugendliche einem wachsenden Risiko ausgesetzt sind, ihr Gehör nachhaltig zu schädigen – vor allem durch zu lauten Musikgenuss aus Smartphones und MP3-Playern oder in Clubs und Diskotheken. Über 1 Milliarde junger Menschen sind demnach weltweit gefährdet.¹ HNO-Ärzte berichten, dass sich der Hörverlust im Hochfrequenzbereich bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland über 24 Jahre hinweg nahezu verdoppelt hat.²

- ▶ **Achten Sie auf die Lautstärke, in der Ihre Kinder – zum Beispiel mit Kopfhörern – Musik hören!**

Eine Hörminderung erschwert die Kommunikation und belastet die zwischenmenschlichen Beziehungen.

88 Prozent der Teilnehmer einer repräsentativen Umfrage von TNS Infratest erkennen im nicht optimalen Hören eine Quelle starker Beeinträchtigung für soziale Beziehungen.³ Mit gut angepassten Hörsystemen kann diesen Problemen vorgebeugt werden.

Hörgeräteträger beugen vor

Hörgeräte verringern das Sturzrisiko

Bereits eine Hörminderung ab 25 Dezibel erhöht das Risiko zu stürzen um nahezu das Dreifache. Das ist das Ergebnis einer US-amerikanischen Studie, die ebenfalls nahelegt, dass das Sturzrisiko für Hörgeminderte mit angepassten Hörgeräten erheblich sinkt.⁴

Hörgeräte erhalten die Vitalität

Hörgeräte helfen schwerhörigen Menschen zudem, ihre Vitalität und körperliche Leistungsfähigkeit zu bewahren: Studien erkennen einen Zusammenhang zwischen Schwerhörigkeit und geminderter körperlicher Funktionalität. Demnach kann das Invaliderisiko älterer Menschen bei unbehandelter Schwerhörigkeit um 31 Prozent steigen.⁶

Hörgeräte erhalten die kognitive Leistungsfähigkeit

Eine französische Langzeitstudie dokumentiert den Zusammenhang einer unversorgten Schwerhörigkeit mit einem beschleunigten kognitiven Verfall bei älteren Erwachsenen. Bei den Untersuchungsteilnehmern, die Hörgeräte tragen, konnte beobachtet werden, dass dies dem kognitiven Verfall entgegenwirkt.⁵

Hörgeräte verringern das Risiko von Depression und Einsamkeit

Eine Untersuchung von Menschen im Alter von 18 bis 70 Jahren belegte, dass das Risiko einer schweren Depression mit fünf Prozent pro Dezibel Hörverlust ansteigt. Die Wahrscheinlichkeit von Einsamkeitsgefühlen wuchs sogar mit sieben Prozent pro Dezibel. Die Versorgung einer Schwerhörigkeit mit Hörgeräten hilft diese Risiken zu verringern.⁷



1 Meldung der Weltgesundheitsorganisation (27. Februar 2015)
2 Mitteilung Deutscher Berufsverband der Hals-Nasen-Ohrenärzte (22. Oktober 2015)
3 Kommunikation und zwischenmenschliche Beziehungen, TNS Infratest Sozialforschung (2015)
4 Archives of Internal Medicine, Lin/Ferrucci (2012)
5 Journal of The American Geriatrics Society, Amieva et al. (2015)
6 The Journals of Gerontology, Chen et al. (2015)
7 Ear and Hearing, Nachttegaal et al. (2009)

Was tun bei ersten Anzeichen einer Hörminderung?

Diagnose entscheidet über Therapie

Um welchen Typus von Schwerhörigkeit es sich im Einzelfall handelt, stellt ein HNO-Arzt fest. Schwerhörigkeit ist ein Symptom, hinter dem sich eine Vielzahl von Erkrankungen verbergen können, banale und gefährliche. Eine solche Erkrankung muss bis zur Heilung ärztlich begleitet werden. Die jeweilige Diagnose entscheidet dann über die optimale Therapie. Manchmal ist akut auftretende Schwerhörigkeit auch nur die Folge einer Verstopfung des Gehörgangs, weil ein Ohrenschmalzpfropfen nach innen gerutscht ist – der klassische Fall einer Schallleitungsschwerhörigkeit. Die befreiende Therapie besteht dann aus nichts weiter als einer ausgiebigen Ohrenspülung.

Leider sind nicht alle Schwerhörigkeitsformen so einfach aus der Welt zu schaffen. Bei der Schallempfindungsschwerhörigkeit beispielsweise sind es zumeist die Haarzellen in der Hörschnecke, die in ihrer Funktionsfähigkeit beeinträchtigt sind. Als optimale Therapie empfiehlt sich hierbei in den meisten Fällen ein individuell angepasstes Hörgerät. Je nach Stadium, Schweregrad und individuellen anatomischen Voraussetzungen kommen verschiedene Hörgeräte in Betracht.

Der HNO-Arzt an Ihrer Seite

Um organisch bedingte Ursachen einer Schwerhörigkeit abzuklären, beginnt die Untersuchung beim HNO-Arzt meist mit der Aufnahme der Krankengeschichte. Dabei geht es auch um mögliche familiäre Vorbelastungen sowie um die berufliche Tätigkeit und die Freizeitgestaltung. Anschließend erfolgt eine ausführliche Untersuchung von Hals, Nase und Ohren. Dazu gehört die visuelle Untersuchung mit einem Ohrenmikroskop, die Veränderungen im Gehörgang und am Trommelfell offenbart. Ausführliche und absolut schmerzfreie Hörtests geben im weiteren Verlauf Auskunft über das Wahrnehmungsvermögen von Lautstärke und Frequenzen sowie über das Sprachverständnis. Untersucht werden zudem die Druckverhältnisse im Gehörkanal und die Funktionsfähigkeit der Gehörknöchelchen.

Auch notwendige computergestützte Diagnoseverfahren sind für Patienten schmerzfrei; sie eignen sich daher auch für Babys und Kleinkinder. Gegebenenfalls sind weitere labormedizinische Untersuchungen notwendig – beispielsweise ein Bluttest, um etwaige Stoffwechselkrankheiten zu erkennen.

Ihr Partner, der Hörakustiker

Die Anpassung der Hörsysteme führen die Hörakustiker durch. Mit Hörtests, weiteren Untersuchungen und im Gespräch werden Sie beraten und finden, abgestimmt auf Ihre persönlichen Bedürfnisse, die individuell passgenaue Lösung.

Das Angebot an Hörsystemen ist groß. Der erfahrene Hörakustiker hilft Ihnen bei der Auswahl des passenden Modells und bietet Ihnen Geräte zum Probetragen und zum Vergleich an. Durch das Probetragen eines Hörsystems erfahren Sie bereits erste Erfolge, z. B., dass Sie sich wieder unbeschwert unterhalten können, weil Sie auch in größeren Gesprächsrunden keine Verständigungsprobleme mehr haben.

In Folgesitzungen stellt der Hörakustiker das Hörsystem mehr und mehr auf Ihre Anforderungen ein und macht mit Ihnen, falls notwendig, ein Hörtraining, um verlerntes Hören wieder zu gewinnen, bis Sie am Ende bestmöglich versorgt sind. Die gewonnene Sicherheit stärkt das Selbstvertrauen, fördert die Gesundheit und erhöht die Lebensqualität.

Der Hörakustiker bleibt auch nach der Anpassung eines Hörsystems Ihr Ansprechpartner. Er betreut Sie bei allen auftretenden Fragen und passt das Hörsystem erneut an, wenn sich Ihr Hörvermögen verändert.

Moderne Hörsysteme

Gesetzlich Krankenversicherte erhalten dank modernster Technologie und erhöhter Festbeträge Hörgeräte von hoher Qualität ohne eigene Zuzahlung.



Hörgeräte passen zu jedem Lebensstil

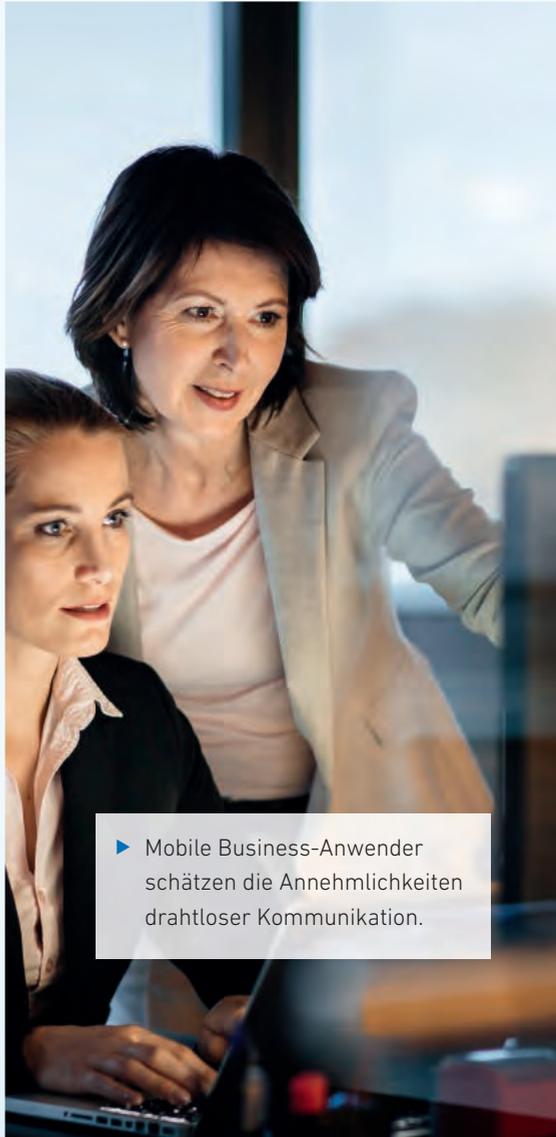
Moderne digitale Hörsysteme bieten umfangreiche Komfortfunktionen, wie etwa die drahtlose Verbindung mit dem Smartphone oder einem TV-Gerät, die automatische Unterdrückung von Wind- und Störgeräuschen oder ein breiteres Klangspektrum für natürlichen Musikgenuss. Genau das Richtige für anspruchsvolle Menschen, die auf Wert auf Lebensqualität legen.

Der **Hörakustiker** stimmt die Hörsysteme auf Ihre individuellen Bedürfnisse ab, damit Sie in jeder Situation ein Optimum an Hörkomfort erzielen.

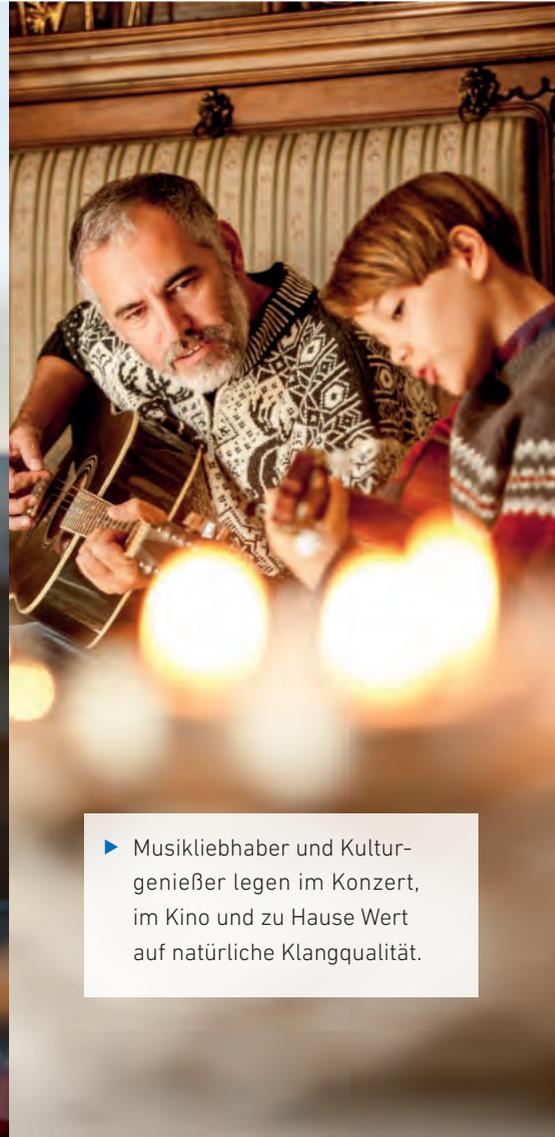
Detaillierte Informationen sowie den Hörakustiker in Ihrer Nähe finden Sie unter: www.ihrhoergeraet.de

IHRHÖRGERÄT.de
neutral informiert

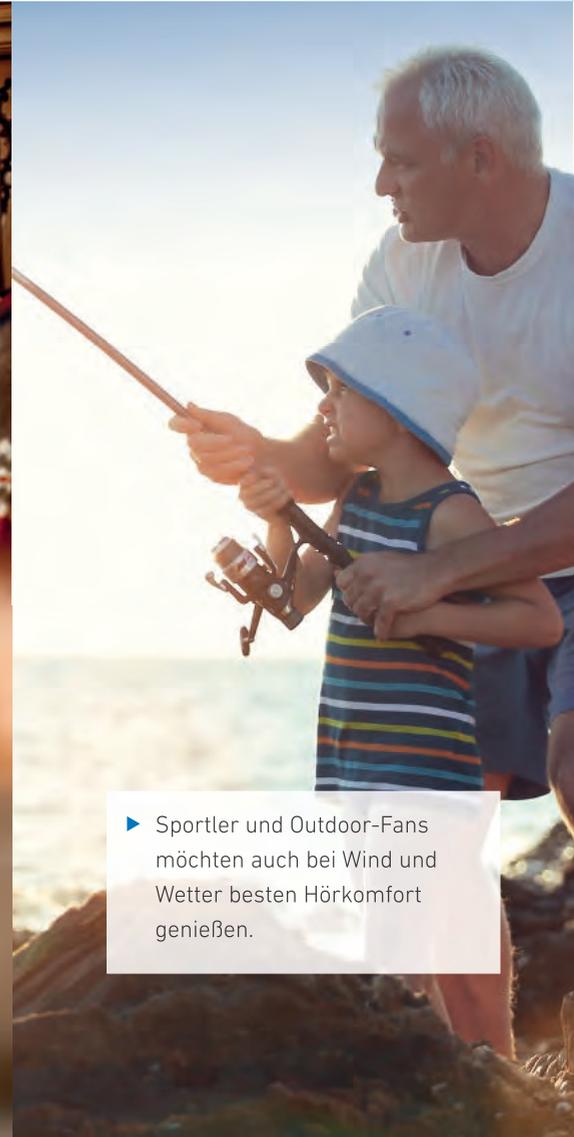
- ▶ Mobile Business-Anwender schätzen die Annehmlichkeiten drahtloser Kommunikation.



- ▶ Musikliebhaber und Kulturgenießer legen im Konzert, im Kino und zu Hause Wert auf natürliche Klangqualität.



- ▶ Sportler und Outdoor-Fans möchten auch bei Wind und Wetter besten Hörkomfort genießen.



Die Hörtechnologie hat
sich in den letzten Jahren
rasant weiterentwickelt

Auch das bieten moderne Hörsysteme

- ▶ Kabellose Anbindung an Smartphones, TVs oder andere CE-Technologie für besonderen Bedienkomfort und Telefonieren ohne Rückkopplungseffekte
- ▶ Automatische Anpassung an jede Hörsituation, keine manuellen Einstellungen tagsüber nötig
- ▶ Für ein stimmiges, natürliches Hörbild wird die Verbindung zwischen beiden Ohren nachgebildet
- ▶ Automatische, situationsabhängige Dämpfung von Störgeräuschen in Echtzeit für stressfreies Verfolgen von Gesprächen
- ▶ Differenziertes Hören sehr lauter und sehr leiser Töne für natürlichen Musikgenuss
- ▶ Verbesserte Raumorientierung für ein natürliches Hörempfinden, stressfreies Hören und mehr Sicherheit

- ▶ Angenehmes Hören im Freien und bei sportlichen Aktivitäten
- ▶ Automatische und unauffällige Aktivierung des Telefonprogramms, wenn ein Telefonhörer an das Ohr oder das System gehalten wird
- ▶ Originalgetreue und verzerrungsfreie Übertragung eines breiteren Klangspektrums für besseren Musikgenuss
- ▶ Problemlose Nutzung des Systems bei Wind und Wetter, weniger Reparaturen und längere Lebensdauer
- ▶ Unauffälliges und optisch ansprechendes Design sowie Integration des Systems im Brillenbügel

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) geht weltweit von 360 Millionen Menschen aus, die an einer mittel- oder hochgradigen Schwerhörigkeit leiden.

Um Menschen in aller Welt darüber aufzuklären, wie sie ihr Gehör schützen, bewahren und – im Falle einer Hörminderung – bestmöglich versorgen können, findet jedes Jahr am 3. März der Welttag des Hörens statt.

Schwerhörigkeit: Ein globales Phänomen

In Deutschland veranstaltet der Bundesverband der Hörgeräte-Industrie (BVHI) den Welttag des Hörens gemeinsam mit der Weltgesundheitsorganisation und zahlreichen Branchenpartnern.

Anlässlich des Aktionstages bieten Hörakustiker deutschlandweit unter anderem kostenlose Hörtests und Beratung an.

Was es wo zu erleben gibt und wer in Ihrer Region am Welttag des Hörens teilnimmt, erfahren Sie unter

www.welttag-des-hoerens.de



WELTTAG DES HÖRENS

Bundesverband der Hörgeräte-Industrie

Herriotstraße 1
60528 Frankfurt am Main
Deutschland

Telefon: +49 69 6642634-00
Telefax: +49 69 6642634-29
E-Mail: info@bvhi.org



Weitere Informationen rund um
Hörgeräte und gutes Hören erhalten
Sie unter: **www.ihrhoergeraet.de**

Dieser Ratgeber steht Ihnen auch zum Download unter
www.welttag-des-hoerens.de zur Verfügung.