

**Hören
bedeutet Leben**



**Fakten über
das Hören**



Hören bedeutet Leben

Unser Gehör ist bereits im Mutterleib voll entwickelt und hört. Ein Leben lang.

Unser Hörsinn ist der einzige, der rund um die Uhr ohne Pause im Einsatz ist.

Eine wichtige Aufgabe erfüllt er gleich am Anfang unseres Lebens: Er hilft uns, Sprache zu hören, zu verstehen und zu entwickeln.

Von Anfang an versorgt das Ohr uns ständig mit wichtigen Informationen. Und macht Gefühle möglich: Kinderlachen, Musik, eine liebevolle Bemerkung lösen ebenso Emotio-

nen aus wie eine Filmszene, die erst richtig spannend wird durch dramatische Musik.

Der Hörsinn lässt uns Gefahren erkennen. Selbst im Schlaf werden wir durch fremde oder wichtige Geräusche gewarnt. Ob Feuermelder oder ein weinendes Kind – wir reagieren sofort.

Weil unser Hörsinn so wertvoll, einzigartig und wunderbar ist, sollten wir ihn unbedingt schützen.



Unser Hörsinn ist ein Multitalent

Zum Hören haben wir zwei Ohren und ein Gehirn. Und das aus gutem Grund!

Natürliches Hören

Ein gesundes Gehör nimmt tiefe Töne (Kontrabass, Straßenverkehr) und hohe Töne (Geige, Vogelgezwitscher) wahr. Physikalisch ausgedrückt: Frequenzen zwischen 20 und etwa 20.000 Hertz.

Es kann außerdem sehr leise Geräusche (Summen einer Mücke) bis sehr laute Geräusche (Start eines Düsenjets) verarbeiten. Das heißt Lautstärken von 0 bis über 20 Dezibel.

Sprache verstehen

Unser Hörsinn ist Spezialist in Sachen Sprache, die er in all ihren Facetten und in jeder Situation besonders gut wahrnimmt. Ob im Café, am Telefon oder bei einem Vortrag – unser Hörsinn blendet aus einer Flut von Tönen Unwichtiges aus und hebt Wichtiges hervor. Dadurch können wir z. B. einem Instrument im Orchester folgen oder uns in lauter Umgebung auf eine Person konzentrieren.

Räumliches Hören

Unsere Ohren hören 360° – in jedem Winkel um den Kopf herum. Sie unterscheiden vorne und hinten, oben und unten. Dadurch erkennen wir, aus welcher Richtung ein Geräusch kommt, wie groß ein umgebender Raum ist und ob ein Hindernis in der Nähe ist.

Wie wir hören

Das menschliche Gehirn ist ein Spitzenprodukt der Evolution. Bis der Schall in unserem Gehirn zum eigentlichen Hören wird, muss er durch mehrere Stationen.

Das Außenohr

Die Ohrmuschel fängt wie ein Trichter den Schall auf, bündelt ihn und leitet ihn durch den Gehörgang an das Trommelfell weiter.

Das Mittelohr

Das Trommelfell und die drei winzigen Knochen Hammer, Amboss und Steigbügel bilden zusammen das Mittelohr. Der Schall aus dem Außenohr lässt das dünne Trommelfell schwingen.

Die Gehörknöchelchen bündeln die Schallenergie von der „großen“ Fläche des Trommelfells auf die kleine Fläche der Steigbügelplatte. Diese überträgt den Schall so an das mit Flüssigkeit gefüllte Innenohr.

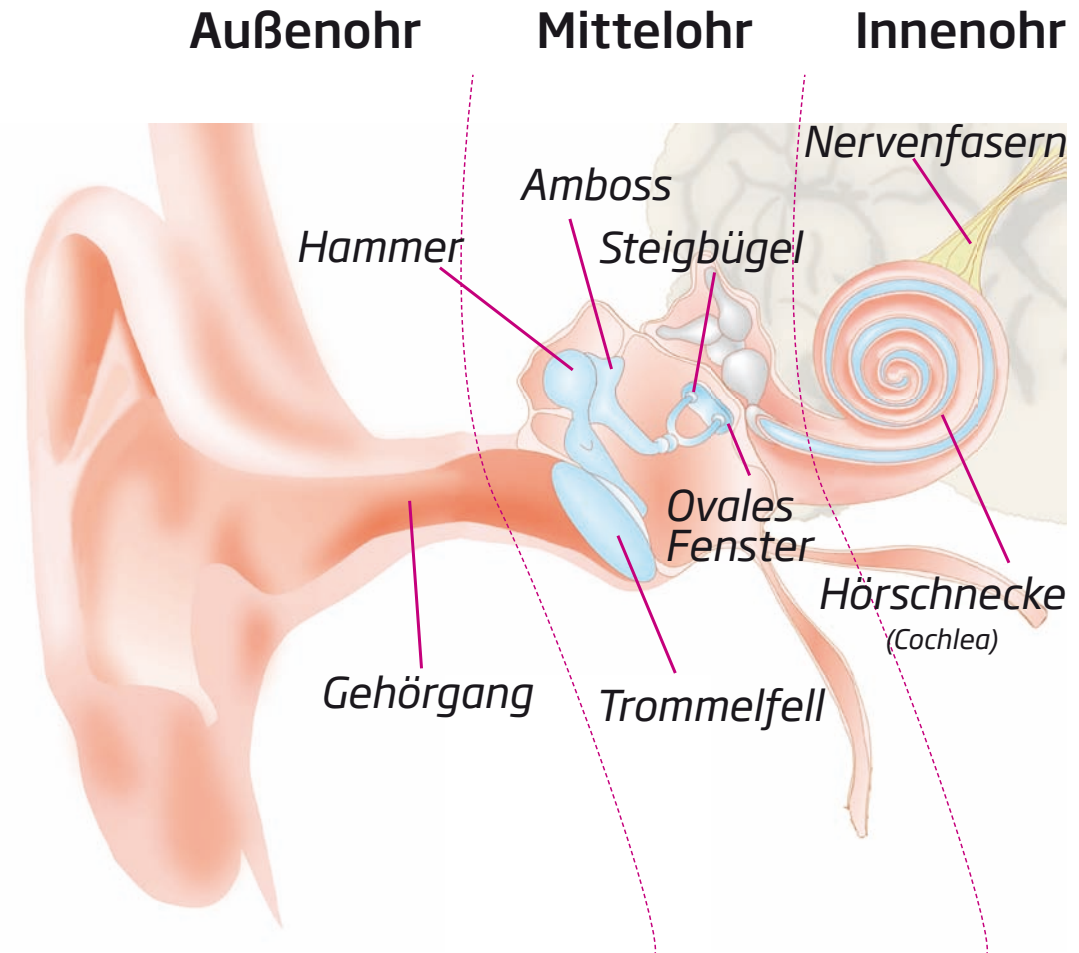
Das Innenohr

Das Innenohr beginnt mit dem ovalen Fenster, das mit dem Steigbügel des Mittelohres ver-

wachsen ist. Die kräftigen Schwingungen des ovalen Fensters setzen wiederum die Flüssigkeit in Bewegung, die das schneckenförmige Hörorgan, die Cochlea, füllt. Die „Wellen“ der Innenohrflüssigkeit bewegen winzige Härchen in der Hörschnecke. Diese Härchen sind die Anfänge von Nervensträngen. Werden sie bewegt, entstehen elektrische Impulse, die an das Gehirn weitergeleitet werden.

Das Gehirn

Die Reize der Sinneszellen werden über ca. 30.000 Nervenfasern des Hörnervs an jenen Bereich im Gehirn weitergeleitet, der für die Verarbeitung, Bewertung und Interpretation der Hörimpulse zuständig ist. Erst im Gehirn kommt das eigentliche Hören zustande. Aus mechanischen Schallimpulsen wird im Gehirn unsere höchst individuelle Wirklichkeit – wir hören.



Es kann jeden treffen – unabhängig vom Alter

Hörverluste haben in den letzten Jahren deutlich zugenommen. Aus ganz unterschiedlichen Gründen.

Wir leben in einer immer lauter werdenden Welt, die unser Gehör zunehmend schädigt. Weitere Ursachen können Entzündungen, Verletzungen, Erkrankungen, Medikamente oder eine Beeinträchtigung von Geburt an sein. Außerdem nimmt die Hörfähigkeit mit zunehmendem Alter ab. Neueste Studien zeigen, dass rund 16 Mio. Deutsche über 45 Jahren nur eingeschränkt hören!

Arten der Hörminderung:

1. Schalleitung

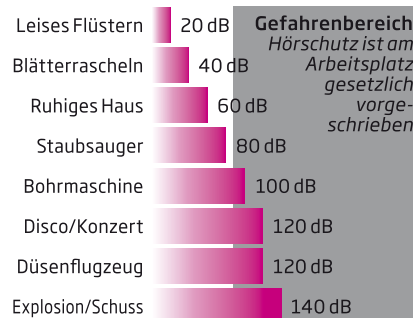
Diese Hörminderung geschieht im Außen- oder Mittelohr, weil die Weiterleitung des Schalls zum Innenohr beeinträchtigt ist. Mögliche Ursachen: ein Loch im Trommelfell, eine Mittelohrentzündung, Flüssigkeit im Mittelohr oder beschädigte Gehörknöchelchen. Hier kann oft ein chirurgischer Eingriff helfen.

2. Schallempfindung

Hierbei sind die empfindlichen Haarzellen im Innenohr unwiederbringlich geschädigt, oder die Weiterleitung ans Gehirn ist gestört. Die beiden häufigsten Ursachen: **1.** übermäßige Lärmbelastung, z. B. für Bau-/Fabrikarbeiter oder durch zu laute Konzerte oder MP3-Spieler, **2.** der natürliche Alterungsprozess.

Gut eingestellte Hörsysteme gleichen hier aus, was das Gehör nicht mehr leisten kann.

Alltägliche Lärmquellen



Und wie geht es IHNEN?

Der Prozess ist schleichend, deshalb fällt ein Hörproblem oft erst gar nicht auf.

Freunde, Kollegen oder Verwandte registrieren die Veränderung oft als Erste.

Sie haben dann den Eindruck, dass man ihnen nicht zuhört, dass man den Fernseher viel zu laut einstellt. Oder sie bemerken, dass Gespräche plötzlich langsamer und mühsamer werden.

Wenn die ersten Hörprobleme auftauchen, versucht man oft, sie zu kompensieren. Das ist anstrengend.

Wenn das Hören nachlässt, heißt das nicht, dass alles einfach leiser wird.

Oft bleiben manche Geräusche – wie zum Beispiel ein Rasenmäher – hörbar und laut, während andere schwieriger oder gar nicht mehr zu hören sind. Stimmen klingen dann

verzerrt, undeutlich und unnatürlich – man hört, aber man versteht nicht. Gespräche in lauter Umgebung werden zu einer Herausforderung.

Leisere, hochtönige und schwer hörbare Konsonanten wie F, S oder T können von den lautereren, tieftönigen Vokalen wie A, O und U verdeckt werden. Wenn also jemand „Statue“ sagt, Sie aber nur „S a ue“ hören können, müssen Sie den Rest erraten. Haben Sie die Lösung gefunden, wurde das Gespräch bereits fortgesetzt.

Damit Ihnen das gar nicht erst passiert, ist es sinnvoll, frühzeitig zu reagieren. Ob Ihr Hörvermögen nachgelassen hat, können Sie auf der folgenden Seite selbst testen.



HÖREN
HÖREN
HÖREN

Machen Sie den ersten Schritt

Wie gut hören Sie? Es ist Zeit für ein paar ehrliche Antworten.

- | | Ja | Nein |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Sprechen die Menschen um Sie herum undeutlich? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Strengt es Sie an, wenn jemand spricht oder flüstert? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Haben Sie Schwierigkeiten, jemanden zu hören, der von hinten oder aus einem anderen Zimmer ruft? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Müssen Sie eine Person genau ansehen, um einer Unterhaltung zu folgen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Fällt es Ihnen schwer, in Besprechungen, in Restaurants oder bei Vorträgen das Gesagte mitzubekommen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Erhöhen Sie die Lautstärke am Fernseher oder Radio? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Fällt es Ihnen schwer zu telefonieren? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Können Sie im Theater, im Kino oder beim Ausgehen nicht mehr so gut hören wie früher? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Fällt Ihnen das Hören in Umgebungen mit vielen/lauten Hintergrundgeräuschen, wie auf der Straße oder im Auto, schwer? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Schränken Sie Ihre gesellschaftlichen Aktivitäten ein, weil es schwierig ist zu hören und zu kommunizieren? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Erwähnen Ihre Verwandten, Freunde oder Kollegen, dass sie Sätze oft zweimal sagen müssen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Was nun?

Haben Sie einige der Fragen mit „Ja“ beantwortet? Dann lassen Sie einen HNO-Arzt oder Hörakustiker Ihr **Gehör testen**. Das dauert keine Stunde und ist kostenlos.

Im besten Fall bestätigt der Hörexperte, dass mit Ihrem Gehör alles in Ordnung ist bzw. ein möglicher Schaden einfach behoben werden kann.

Falls nicht, sollten Sie nicht zu lange warten. Eine Mittel- oder Innenohr-Hörminderung wird von alleine nicht wieder besser.

Im Gegenteil: Je weniger Töne das Ohr einfängt und zum Gehirn leitet, desto mehr verliert dies an Hörleistung – nach dem Motto „Use it or lose it“ („Benutze es oder verliere es“).

Wird eine Hörminderung festgestellt, lassen Sie sich in Ruhe und ausführlich von einem Hörakustiker über **passende Lösungen beraten**.

Viele **Krankenkassen** unterstützen Sie auch finanziell bei Hörgeräten. Setzen Sie sich mit Ihrem Berater zusammen, um diese Frage rechtzeitig zu klären.

Aber: Warten Sie zu lange, kann es passieren, dass Ihr Gehirn die Klänge auch des besten Hörsystems nicht mehr verarbeiten kann.

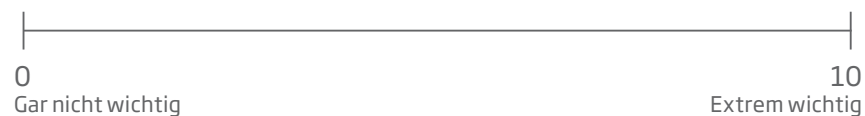


Bereiten Sie sich vor

Erfahrungen zeigen, dass die erste Beratung noch erfolgreicher wird, wenn Sie Ihrem Spezialisten einige Informationen „mitbringen“.

Bspw.: In welchen Situationen ist gutes Hören für Sie wichtig (in der Familie, bei gesellschaftlichen Ereignissen, bei Ihren Hobbys)? Wann fällt Ihnen auf, dass Sie nicht mehr so gut hören?

1. Wie wichtig ist es für Sie, jetzt Ihr Hörvermögen zu verbessern?



2. Welche Nachteile erleben Sie dadurch, dass Ihr Hörvermögen nachlässt?
-

3. Was sind Ihre Bedenken bezüglich Ihrer Hörschwierigkeiten?
-

4. Welche Vorteile hätte es für Sie, wenn sich Ihr Hörvermögen verbessert?
-

5. Welche konkreten Fragen haben Sie schon jetzt?
-



People First

Unser Versprechen
für Kommunikation
und Lebensqualität.

Ihr Akustiker: