DR. HANS MALUS, *Text* —— KERSTIN LUTTENFELDNER, *Illustration*

„Hörst du schlecht?“

SCHWERHÖRIG IST, WER KLÄNGE NICHT MEHR WIE GEWOHNT WAHRNIMMT

DR. HANS MALUS
Facharzt für Physikalische Medizin und allgemeine Rehabilitation, Arzt für Allgemeinmedizin und Osteopath

Genau hinhören

Erste Anzeichen für einen Hörverlust:

- Die immer wiederkehrende Frage: „Sag mal, hörst du schlecht?“
- Alle anderen sprechen so „undeutlich“.
- Konsonanten wie „d“ und „t“ sowie „f“ und „s“ werden verwechselt.
- Beim Telefonieren treten Probleme auf, da keine Möglichkeit besteht, Informationen auch von den Lippen abzulesen.
- Der Fernseher wird zu laut aufgedreht.
- **Nicht mogeln!** Viele Betroffene versuchen, sich ihre Schwerhörigkeit nicht anmerken zu lassen. Doch wer schlecht hört, bekommt vieles in seiner Umwelt nicht mehr mit. Ein Hörgerät bringt kostbare Lebensqualität zurück.
- **Tipp zur Vorbeugung:** Gönnen Sie Ihren Ohren so oft wie möglich Ruhe und Stille.

Früher war Lukas nie ohne MP3-Player unterwegs. Aber das macht keinen Spaß mehr. „Zu leise“, findet er. Dabei haben es die kleinen Geräte durchaus in sich. Steht der Regler am Anschlag, „knallt“ die Musik förmlich mit der Lautstärke eines Düsenjets auf das Trommelfell. Mit der Stereoanlage zuhause und in der Diskothek am Abend verhält es sich nicht anders. Neueste Untersuchungen bestätigen, dass vermutlich jeder vierte Jugendliche gehörgeschädigt ist. Insgesamt klagt ein Fünftel der Bevölkerung über eine zu hohe Lärmbelastung im Alltag. Unsere Ohren sind im Dauerstress. Der Mensch ist jedoch für eine ruhige Umwelt geschaffen. Die Geräusche der Natur wie Vogelgezwitscher, Meeresrauschen oder das Plätschern eines Baches wirken beruhigend und entspannend. Von dieser Lautstärke bis zu Gehör schädigenden Werten ist es jedoch nicht weit. Da ist bald etwas zu laut. Und was laut ist, schädigt das Ohr und kann bis hin zur Schwerhörigkeit führen.

Hals-Nasen-Ohren-Ärzte unterscheiden bei Schwerhörigkeit zwei Formen: die Schallleitungsschwerhörigkeit und die Schallempfindungsschwerhörigkeit. Schallleitungsstörungen entstehen durch zu viel Ohrenschmalz, Gehörgangs- und Mittelohrentzündungen, durch ein Loch im Trommelfell oder wenn sich die Gehörknöchelchen versteifen. Diese Probleme lassen sich durch den Facharzt weitgehend beseitigen, damit das, was vorher leise klang, nachher wieder deutlich zu hören ist. Anders verhält es sich bei den Schallempfindungsstörungen. Diese durch Lärm und Infektionen oder durch angeborene Defekte hervorgerufenen Schäden sind irreversibel. Die feinen Sinneshärchen im Innenohr werden durch die vom Trommelfell und den Gehörknöchelchen fortgeleiteten Schallwellen so stark verletzt, dass sie die Impulse nicht mehr an den Hörnerv weitergeben können. Die Betroffenen hören vor allem hohe Töne und die gesprochene Sprache schlecht. Die ersten Anzeichen eines drohenden Hörverlusts werden meist von den anderen wahrgenommen. „Sag mal, hörst du schlecht?“ ist dann die Frage, an der etwas dran sein könnte. Da die Kommunikation gestört ist, kann es zu Problemen am Arbeitsplatz kommen. Frustration und Stress sind die Folge. Schwerhörigkeit führt zu sozialer Isolation und Unsicherheit, woraus auch Depressionen resultieren können. Neueste Technologien wie moderne Hörhilfen und das Cochlear-Implantat, bei dem eine Hörprothese hinter das Ohr implantiert wird, können große Erleichterung bringen. Bei ausreichendem Gehörschutz und einem entsprechenden Bewusstsein dafür, was wir unseren Ohren zumuten dürfen, sind Gehörschäden in vielen Fällen aber vermeidbar. ——

Zu laut. *Die hohe Lärmbelastung im Alltag versetzt unsere Ohren in Dauerstress*

ROLAND FERRIGATO