

Presseinformation

Hörgesundheit durch aktives Hören – mit Hörbewusstsein und regelmäßigen Hörtests gegen weit verbreitete Probleme beim Hören und Verstehen

FGH, 2015 – Das menschliche Gehör ist rund um die Uhr im Einsatz. Dadurch trainiert und erhält es seine Leistungsfähigkeit, die im Zusammenspiel von Innenohr, Hörnerven und Gehirn aus einfachen Schallwellen komplexe und faszinierende Klangerlebnisse entstehen lässt. Viele tägliche akustische Herausforderungen fördern beispielsweise die Fähigkeit des räumlichen Hörens, das die sichere Orientierung ermöglicht. Das selektive Hören trägt hingegen dazu bei, dass Wichtiges aus Unwichtigem herausgehört werden kann. Dauerlärm und extreme Lautstärken sollten natürlich grundsätzlich vermieden werden.

Dabei verändert sich das Hörvermögen mit zunehmendem Alter. Je nach persönlichen Hörgewohnheiten und Veranlagungen treten früher oder später Verschleißerscheinungen auf, die zunächst das Klangbild verändern und das Hören in geräuschvoller Umgebung erschweren. Anfangs werden diese leichten Hörprobleme kaum bemerkt und können zum Teil noch kompensiert werden. Wenn allerdings Betroffene bewusst oder unbewusst geräuschvolle Situationen meiden, weil ihnen die Verständigung zu anstrengend wird, sollte gehandelt werden. Denn durch die ausbleibenden akustischen Reize beginnt das Gehirn, das räumliche und das selektive Hören langsam aber sicher zu verlernen. Vor allem das Verstehen wird für die Betroffenen dann immer schwieriger und anstrengender. Experten raten daher dazu, das eigene Hörvermögen in regelmäßigen Abständen von einem Hörakustiker überprüfen zu lassen und sich nicht mit Hörproblemen und Verständigungsschwierigkeiten abzufinden.

Denn die alltäglichen akustischen Anforderungen an das Gehör unterstützen den Erhalt der Vernetzungen und Strukturen im Hörzentrum des menschlichen Gehirns. Hier werden die aus dem Innenohr ankommenden Reize entschlüsselt, verarbeitet und bewusst gemacht. Je größer und vielfältiger die Bandbreite der akustischen Signale ist, desto leistungsfähiger

Presseinformation

bleiben die neuronalen (die Nerven betreffend) Vernetzungen im Gehirn. Umgekehrt verkümmern diese Strukturen, wenn nur noch vergleichsweise wenige oder nur gleichförmige Signale aufgenommen werden. Die komplexen Fähigkeiten des Gehörs werden dann regelrecht vergessen.

Hörforscher gehen davon aus, dass diese Form der Hörentwöhnung weit verbreitet ist. Denn bei Millionen Menschen hat sich im Laufe des Lebens ein schleichender Hörverlust eingestellt. Die Hörwahrnehmung der Betroffenen ist eingeschränkt, ohne dass sie sich darüber im Klaren sind. Unmerklich haben sie ihre Alltagsmuster an das Hördefizit angepasst, so dass Menge und Vielfalt der akustischen Signale, die das Hörzentrum noch erreichen, immer weiter abnehmen. Die Folge: Je länger diese Entwöhnung andauert, desto schwieriger kann es werden, die Hörbahnen und Vernetzungen wieder zu aktivieren.

Hörgeräteakustiker können hier Abhilfe schaffen und schwerhörigen Menschen mit geeigneten Hörsystemtechnologien wieder zum guten Hören verhelfen. Der erste Schritt ist ein professioneller kostenloser Hörtest bei einem Partnerakustiker der Fördergemeinschaft Gutes Hören. Dieser gibt verlässlichen Aufschluss darüber, wie es um das eigene Hörvermögen bestellt ist. Auch Menschen, die bereits Hörsysteme tragen, sollten in regelmäßigen Abständen ihre Ohren und die Geräteeinstellungen von ihrem Hörgeräteakustiker überprüfen lassen. Damit beugen sie der Gefahr der Hörentwöhnung vor und stellen sicher, dass sie ihr Gehör nachhaltig und bestmöglich nutzen. Deutschlandweit gibt es rund 1.500 FGH Partnerakustiker, die an dem Ohrbogen mit dem Punkt zu erkennen sind. Einen FGH Partner in der Nähe findet man unter www.fgh-info.de.

Verwendung und Nachdruck des Textes honorarfrei mit Quellennachweis: "FGH"