

## Besser leben: so machen Hörsysteme dem Gehirn das Hören leichter

**FGH, 2019** – Wer an einem eher leisen Gespräch teilnimmt, das immer wieder durch Nebengeräusche gestört wird, kennt die Konzentration, die aufgebracht werden muss, um alles mit zu bekommen. Häufig bleibt am Ende trotzdem das unbefriedigende Gefühl, dass doch nicht alles verstanden wurde und man deshalb nicht so mitreden konnte, wie man es gern getan hätte. Diese Anstrengungen beim Hören sind es, die uns meist unbewusst im täglichen Leben bei jeder Art von Kommunikation begleiten und mehr oder weniger stark beeinflussen bis belasten. Konkrete Ursachen für damit einhergehende Konzentrationsschwierigkeiten, vorzeitige Ermüdung und Unzufriedenheit lassen sich auf den ersten Blick nicht erkennen.

Schnell werden die Symptome auf eine schlechte Tagesform, das Wetter oder den Umstand zurückgeführt, dass die anderen einfach zu leise und zu undeutlich sprechen. Diese Erklärungen greifen aber zu kurz. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen den weitreichenden Einfluss der Höranstrengung auf das Wohlbefinden. Dabei können schon minimale Einschränkungen der Hörleistung, die von den Betroffenen selbst nicht bemerkt werden, die Anstrengung beim Hören und Verstehen im Alltag deutlich erhöhen.

Denn die Auswertung des Gehörten findet im Gehirn statt. Unterschiedlichste Geräusche und Signale erhalten hier Sinn und Verständnis. Lärm wird von Musik oder Sprache unterschieden und die Richtungen einzelner Schallquellen werden erkannt und zugeordnet. Unvollständiges, wie es täglich auf unsere Ohren trifft, wird aufgrund von Erfahrungen korrigiert und möglichst sinnvoll ergänzt. Wenn nun durch Hörminderungen wichtige Informationen nicht mehr oder nur noch teilweise übertragen werden, ist das Gehirn permanent gefordert. Bei häufigem Auftreten der genannten Symptome sollte daher die eigene Hörleistung unbedingt durch einen Hörakustiker abgeklärt werden, auch wenn subjektiv keine Veränderungen beim eigenen Hören bemerkbar sind.

Die Technologien moderner Hörsysteme können sehr gezielt und effektiv auf die persönliche Hörsituation eingestellt werden, Abhilfe schaffen und das Wohlbefinden wieder herstellen. Dafür wurde eine ganze Reihe technischer Eigenschaften entwickelt, die heutige Hörtechnologien auszeichnen: So können die beiden Hörgeräte drahtlos miteinander kommunizieren, um die räumliche Verbreitung des Schalls natürlich und effektiv zu verarbeiten. Einige Modelle verbinden sich mit dem Smartphone und nutzen zum Beispiel die Bewegungssensoren für die automatische Situationsanpassung der Hörprogramme.

Eine der wesentlichen Herausforderungen für die Hörakustik sind die komplexen Hörsituationen mit vielen Gesprächspartnern und lebhafter Geräuschkulisse. Die aktuellen audiologischen Strategien setzen hier auf die Erkenntnisse über die Höranstrengung und die Auswertung des Gehörten im Gehirn. Bei der Schallverarbeitung wird der gesamte auditive Raum berücksichtigt, der den Hörsystemträger umgibt. Im Mittelpunkt stehen dominierende Signale (wie zum Beispiel ein Sprecher in unmittelbare Nähe), während gleichzeitig weitere akustische Einflüsse zugelassen werden. Dadurch ist die Konzentration auf ein Gespräch möglich, es kann aber jederzeit auf Geräusche oder andere Gesprächspartner reagiert werden. Diese Orientierung an der natürlichen Schallumgebung unterstützt die Dynamik des Gehirns und mindert den Höraufwand für die Betroffenen. Je komplexer die Verarbeitungsstrategien im Hörsystem sind, desto geringer ist die Höranstrengung.

Hörsysteme können bereits zu einem frühen Zeitpunkt für erhebliche Verbesserungen von Kommunikationsfähigkeit und Lebensqualität sorgen. Da viele Menschen mit den gesundheitlichen Auswirkungen der Höranstrengung leben, diese aber noch nicht ursächlich zugeordnet haben, sollten regelmäßige vorsorgliche Hörtest bei einem Hörakustiker für Menschen ab 50 bis 60 Jahren obligatorisch sein.

Als Hörexperten vor Ort stehen allen Interessierten deutschlandweit die Partnerakustiker der Fördergemeinschaft Gutes Hören zur Verfügung. Sie bieten das gesamte Leistungsspektrum vom kostenlosen Hörtest über Gehör- und Lärmschutz bis zur Hörsystemanpassung an. Die FGH Partner informieren außerdem über neueste Trends und technische Entwicklungen. Zu erkennen sind sie am Ohrbogen mit dem Punkt. Einen Fachbetrieb in der Nähe findet man unter [www.fgh-info.de](http://www.fgh-info.de)

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