

Lärm messen per App

Wie laut ist Ihre Umgebung? Mit der kostenlosen „LärmApp“ des Deutschen Bundesverbands der Hals-Nasen-Ohren-ärzte können Sie den Geräuschpegel Ihrer Umgebung messen. Sie warnt vor zu viel Lärm und steht iPhone- und Android-Nutzern kostenlos zur Verfügung.

Viel Lärm um nichts?

Ein knatterndes Auto, die Sirene des Notfallwagens, der Presslufthammer auf der Straße – unser Leben ist voll von lauten Geräuschen. Dauerkrach aber kann krank machen. Vor allem Schwerhörigkeit droht, nicht nur im Alter.

TEXT: YVONNE SCHUCK

Ein romantisches Abendessen in einem kleinen Restaurant am Strand: Die Wellen rauschen, von den Nachbartischen summt Stimmengewirr herüber. Es wird gescherzt und gelacht. Im Hintergrund spielt leise Musik. Eine ideale Kulisse für den 25. Hochzeitstag von Anna und Jost Hermann. Doch der harmonische Abend endet im Streit. „Du hörst mir nie zu“, wirft Anna ihrem Mann vor. „Den ganzen Abend hast du kaum ein Wort mit mir gesprochen. Was ist denn bloß mit dir los?“ Heute weiß die Anwaltsgehilfin, warum ihr Mann damals so schweigsam war. Er hat sie einfach kaum verstanden, denn er ist schwerhörig. Es hat noch ein paar Jahre gedauert, bis er sich das eingestehen konnte. Doch mittlerweile war er beim Arzt und trägt ein Hörgerät. „Es ist ein Unterschied wie Tag und Nacht“,

schwärmt der 58-Jährige. „Ich kann entspannt ins Kino gehen und vor allem fällt es mir wieder leicht, Gesprächen zu folgen und mich daran zu beteiligen.“

Jeder zweite 70-Jährige hört schlecht

So wie Jost Herrmann geht es vielen, vor allem den noch älteren Menschen. „Jeder Zweite über 70 Jahre ist schwerhörig“, weiß Dr. Michael Deeg, Facharzt für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde (HNO) in Freiburg im Breisgau sowie Landesvorsitzender und Pressesprecher des Deutschen Berufsverbands der HNO-Ärzte. „Bei den Erwachsenen bis 70 ist es jeder Fünfte und selbst bei den unter 18-Jährigen jeder Zehnte.“ Die Gründe dafür sind vielfältig. „Gerade bei den Jüngeren liegen häufig angeborene Ursachen zu-

grunde. Um späteren Sprachentwicklungsstörungen vorzubeugen, wird darum bereits bei Neugebore- →



Experten-Info



Joachim Hoelt
vivesco Apotheker
aus Borken

Ohrenschmalz schützt den Gehörgang. Es umschließt kleine Schmutzpartikel, die so nicht tiefer ins Ohr gelangen. Kleine Härchen im Ohr transportieren diese nach außen. Wattestäbchen schieben Ohrenschmalz tiefer ins Ohr oder verletzen das Trommelfell. Es reicht aus, die Ohrmuschel mit einem feuchten Waschlappen und milder Seife zu reinigen.



nen die Hörfähigkeit getestet“, so der Experte. Schwerhörigkeit kann aber auch eine Folge von Kinder- und Infektionskrankheiten sein oder aufgrund einer Erkrankung des Mittel- oder Innenohrs auftreten. In manchen Fällen helfen dann Medikamente oder auch eine Operation, um das Hörvermögen zu verbessern.

Gefahr droht bei ständigem Lärm

Meist aber sind es laute Geräusche, die das Gehör schädigen, besonders wenn sie dauerhaft auftreten. „Lärmschwerhörigkeit gehört in Deutschland zu den häufigsten Berufskrankheiten“, weiß der Facharzt. Aber auch in der Freizeit kann das Gehör Schaden nehmen, etwa durch laute Musik in der Disco oder aus dem MP3-Player. Die Grenze der Belastung bei andauernder Lärmeinwirkung liegt bei 85 Dezibel (dB). Die Schmerzgrenze liegt bei 120 dB. Diese Lautstärke kann das Gehör bereits bei sehr kurzer Einwirkung dauerhaft schädigen.

Wer plötzlich oder seit Längerem schlecht hört, sollte einen HNO-Arzt aufsuchen und sein Gehör überprüfen lassen. In manchen Fällen steckt nur ein Pfropfen Ohrenschmalz dahinter, der den Gehörgang blockiert. „Die Untersuchung beginnt mit einem Gespräch, in dem die Patienten von ihren Beschwerden und ihrer Krankengeschichte berichten“, erklärt HNO-Arzt Deeg. „Es ist wichtig, mögliche organische

Ursachen abzuklären. Darüber hinaus zeigt ein Tonaudiogramm, welche Töne gehört werden. Ein Sprachaudiogramm prüft das Sprachverständnis.“ Bei Altersschwerhörigkeit ist dies besonders in einem lauten Umfeld, etwa bei einer Feier, beeinträchtigt. Wenn nicht mehr alle Frequenzen gehört werden, fällt es dem Gehirn schwer, Hintergrundgeräusche auszufiltern. Viele Betroffene reagieren darauf mit sozialem Rückzug.

Das ist unnötig. Zwar lässt sich Alters- und Lärmschwerhörigkeit nicht heilen, doch Hörgeräte können helfen. Heute sind die kleinen Geräte kaum noch von außen zu erkennen und lassen sich auf die individuellen Bedürfnisse einstellen. Für Hörgeräte mit digitaler Technik zahlen die Krankenkassen seit dem 1. November 2013 höhere Zuschüsse und beteiligen sich an den Kosten für Anpassung, Wartung und Reparatur. Eine Rückfrage bei der Krankenkasse lohnt sich. Dann steht dem Hörvergnügen in jedem Alter nichts mehr im Weg. ♦

WISSEN

So hören wir

Das Außenohr wirkt wie ein Trichter, der die Schallwellen aus der Umgebung einfängt. Von dort gelangen sie in den Gehörgang, an dessen Ende das Trommelfell sie ins Mittelohr weiterleitet. Das schwingende Trommelfell versetzt dabei die Gehörknöchelchen Hammer, Amboss und Steigbügel in Bewegung. Die Signale gelangen so ins Innenohr, wo sich in einer flüssigkeitsgefüllten Schnecke, der Cochlea, das eigentliche Hörorgan befindet. Darin wandeln die Hörsinneszellen den Schall in elektrische Impulse um. Über den Hörnerv gelangen diese ins Gehirn, wo das Gehörte übersetzt wird und die Informationen verarbeitet werden.

