

Schwerhörigkeit betrifft viele – doch es kann auch viel dagegen getan werden!

# Wieder besser hören

Friederike S., 65 Jahre, ist verzweifelt. Seit einiger Zeit versteht sie ihre Umwelt nicht mehr so gut wie früher. Oft denkt sie sich: „Warum müssen gerade die jungen Leute so schnell und so undeutlich reden? Und warum müssen die Leute immer so durcheinanderreden – das ist ja wirklich anstrengend!“

Friederike S. ist nicht alleine mit ihrem Gefühl, weniger als früher zu verstehen. So wie ihr geht es tausenden von Österreicherinnen und Österreichern. Manchen ein bisschen mehr, manchen ein bisschen weniger. Doch sie haben alle gemeinsam das gleiche Problem: Ihr Hörvermögen lässt langsam, lässt schleichend nach. Denn es sind nicht die anderen, die plötzlich undeutlich reden, es sind nicht die anderen, die leiser und schneller sprechen. Schuld an der ganzen Situation sind vielmehr die Haarzellen im Innenohr.

Das aktiv-plus-Magazin bat zu diesem Thema den renommierten Facharzt für Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde sowie für Kopf- und Halschirurgie, Univ.-Prof. Dr. Andreas Temmel aus

Perchtoldsdorf, zum Interview. Er erklärte in diesem: „Die Patienten verstehen immer weniger, weil die Haarzellen im Innenohr geschädigt werden. Und so kommt es dazu, dass sich das Hörvermögen stetig verringert. Anfänglich sind es vor allem Konsonanten in höheren Tonlagen, die von den Betroffenen nicht mehr verstanden werden. Oft kommt es zu Verwechslungen derselben.“ War es nun ein S, T, P oder K? Hat mein Gegenüber nun Baum oder Traum gesagt? – Diese Frage stellen sich sicherlich viele Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher immer wieder.

## Der Hörtest

Und wenn jemand genau solche Probleme hat, wenn man glaubt, die anderen immer schlechter zu verstehen, oder eben sogar den Eindruck hat, selbst schlechter zu hören, sollte man sich dazu entschließen, einen Hörtest zu machen. Dieser kann entweder in einem entsprechenden Fachinstitut oder bei einem HNO-Arzt durchgeführt werden. Dr. Andreas Temmel betont: „Ein erstes Screening kann

man durchaus auch in einem der Fachinstitute machen, dieses stellt in einer bestimmten Frequenz fest, ob der Patient gut hört – oder eben nicht. Wir Fachärzte für Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde bieten ein etwas genaueres Screening an. Außerdem testen wir auch die Sprachverständlichkeit. Das heißt, wir lassen unsere Patienten bestimmte Worte wiederholen und können so auch sehr aussagekräftige Diagnosen stellen.“

Wenn im Fachinstitut eine Hörverminderung festgestellt wurde, wird der Patient dann ebenfalls zum HNO-Facharzt geschickt. Denn er ist es, der schlussendlich eine definitive Diagnose stellt, auch abklärt, warum der Hilfesuchende nun wirklich schlechter hört.

## Das Hörgerät

Die Schwerhörigkeit lässt sich nach der Diagnose in unterschiedliche Schweregrade einteilen – von einer leichten Hörverminderung bis fast zur Taubheit. Je nachdem, wie eklatant die Hörprobleme sind, werden

Hörgeräte bis hin zu Operationen als Hilfe gewählt. So gibt es auch Mittelohrapparate oder so genannte Cochlea-Implantate, die Tauben das Verstehen und Sprechen wieder möglich machen.

Univ.-Prof. Dr. Andreas Temmel betont allerdings: „So harte Fälle von Schwerhörigkeit betreffen unsere Senioren meist eher nicht. Ihr vermindertes Hörvermögen lässt sich mit ‚normalen‘ Hörgeräten beheben. Dazu weise ich meine Patienten nach erstellter Diagnose einem Hörgeräte-Akustiker zu, der mit dem Patienten das für ihn ideale Hörgerät aussucht. Es wird dem Ohr ganz genau angepasst – und auch zur Probe kostenlos überlassen. Nach der Probezeit bitte ich die Patienten dann immer nochmals zu einer Kontrolle zu mir in die Ordination, auch um eine Verordnung auszustellen, dass die Krankenkasse einen Teil der Kosten übernimmt.“

Welche Hörgeräte gibt es nun zur Auswahl. Nun, es gibt einerseits die so genannten Hinter-dem-Ohr-Geräte, bei denen das Ohrstück ganz genau an das menschliche Ohr angepasst wird. Es ist vor allem bei stärkerer Hörschwäche empfehlenswert, aber auch, weil es meist mehr Zusatzfunktionen hat, einfacher zu bedienen ist und die Batterien länger halten. Ein Nachteil der Hinter-dem-Ohr-Geräte ist allerdings, dass Patienten oft über ein gewisses Druckgefühl im Ohr klagen.

Und so gibt es andererseits auch die Im-Ohr-Geräte. Diese kann man sich als kleine Fallschirme im Gehörgang vorstellen. Sie schließen nicht so hermetisch ab wie die Hinter-dem-Ohr-Geräte und erhöhen so ihren Tragekomfort.

Eines haben jedoch alle Hörgeräte gemein: Sie

führen die Patienten zurück in ein beschwerdefreies, glückliches Leben, in dem sie aktiv an jeglicher Kommunikation, an jeglichem Gespräch teilnehmen können. Und dies ohne Angst haben zu müssen, den anderen nicht folgen zu können, die anderen nicht zu verstehen.

## Die Vorsorge

Wenn eine Schwerhörigkeit einmal eingetreten ist, kann man sie medizinisch nicht mehr rückgängig machen. Hilfen sind eben Hörgeräte. Doch wir alle können dafür sorgen, dass wir unser Hörvermögen schützen, dass wir dafür vorsorgen, dass es erst gar nicht so weit kommt, dass man auf Hörgeräte angewiesen ist.

Die Vorsorge-Formel dafür ist ganz einfach: das Ohr nicht ungebührlichem Lärm aussetzen. Univ.-Prof. Dr. Andreas Temmel meint hierzu: „Dem Ohr ist es ganz egal, wer den Lärm verursacht. Ob dies nun Straßenlärm, die Kettensäge, die Disco oder die Philharmoniker sind. Wichtig ist, dass unser Ohr nicht ständig lauten Frequenzen ausgesetzt ist. Wichtig ist, dass Berufsgruppen mit starker Lärm-



Univ.-Prof. Dr. Andreas Temmel  
Facharzt für Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde, Kopf- und Halschirurgie  
Brunnergasse 1–9/4/4  
2380 Perchtoldsdorf  
Ordination:  
Mo, Mi 17–19 Uhr  
Sa 9–12 Uhr  
sowie nach Vereinbarung.  
Telefonische Voranmeldung erbeten:  
Tel.: 01/8658167  
In dringenden Fällen  
Tel.: 0676/3990266  
www.hno-ordination.at

belästigung schon in jungen Jahren ihren Gehörschutz tragen – und somit ihre Haarzellen im Innenohr schonen. Denn diese werden auf lange Sicht gesehen massiv beeinträchtigt. Jede Zelle im menschlichen Körper kann sich sieben Mal regenerieren – so auch jene im Ohr. Danach ist ihre Funktion aber beendet. Und zwar irreparabel!“

Daher darauf achten: mit dem Ohr sorgsam umgehen, sonst zählt man irgendwann zu jenen Leuten, die meinen: „Jetzt reden die anderen schon wieder so undeutlich, ich verstehe schon wieder nichts!“

## Wie gut hören Sie?

Auch wenn man sich im Alltag kaum Gedanken über sein Hörvermögen macht – gut hören ist gar nicht so selbstverständlich. Hier sind Fragen, damit Sie Ihr Hörvermögen selbst überprüfen können. Wenn Sie eine oder mehrere dieser Fragen mit „Ja“ beantworten, sollten Sie einen Hörtest machen.

**Haben Sie den Eindruck, dass viele Leute in Ihrer Umgebung undeutlich sprechen?**

**Bereitet es Ihnen manchmal Mühe, einer Unterhaltung zwischen mehreren Personen zu folgen?**

**Ist es schwierig für Sie, Ihre Gesprächspartner auch in geräuschvoller Umgebung zu verstehen?**

**Müssen Sie sich anstrengen, Vogelgezwitscher oder das Zirpen der Grillen zu hören?**

**Ist es Ihnen schon passiert, dass Sie als Fußgänger ein herannahendes Auto überhört haben?**

**Macht Ihr Umfeld Sie öfters darauf aufmerksam, dass Fernseher oder Radio sehr laut eingestellt sind?**

Quelle: Besser hören – der Ratgeber rund um das Ohr. Medieninhaber und Herausgeber: NÖ Gesundheits- und Sozialfonds, Agentur für Gesundheitsvorsorge, Stattersdorfer Hauptstraße 6, 3100 St. Pölten

## Wie funktioniert das Hören?

Die Schallwellen dringen durch Ohrmuschel und Gehörgang ein und treffen zuerst auf das Trommelfell, das den äußeren Gehörgang vom Mittelohr abgrenzt. Das Trommelfell wird wie bei einer Trommel in Schwingungen versetzt, die sich wiederum auf die dahinter liegenden Gehörknöchelchen Hammer, Amboss und Steigbügel übertragen. Von dort wird die Schwingung in das Innenohr übertragen. An den Wänden des Innenohrs befinden sich die Haarzellen, die schallbedingte Druckveränderungen der Flüssigkeit wahrnehmen und über den Hörnerv an das Gehirn weiterleiten.

Quelle: Homepage von Univ.-Prof. Dr. Andreas Temmel, Facharzt für Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde, Kopf- und Halschirurgie