

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Besser hören"

INFO

Zuschuss von der Kasse

Die Verbraucherzentrale NRW gibt folgende Hinweise zum Kauf eines geeigneten Hörgeräts:

- ◆ Gesetzlich Krankenversicherte, die ein Hörgerät benötigen, erhalten einen Festbetrag von bis zu **784,94 Euro von der Krankenkasse**. Das ist die maximale Höhe, bis zu der die Krankenkassen in der Regel eine Hörhilfe finanzieren. Was die Hörgeräte dann im Einzelnen kosten dürfen, hängt zusätzlich von Vereinbarungen zwischen Krankenkassen und Akustikern ab. Zu beachten ist, dass die Krankenkasse einen deutlich geringeren Betrag für das zweite Hörgerät übernimmt, wenn für beide Ohren ein Hörgerät benötigt wird.
- ◆ Wer nicht komplett von der Zuzahlung befreit ist, muss einen **Eigenanteil** von zehn Euro pro Gerät leisten.
- ◆ Hörgeräte für Kassenpatienten müssen **mindestens mit Digitaltechnik** ausgestattet sein. Geeignete Apparate müssen mindestens über vier Kanäle und drei Hörprogramme, eine Rückkoppelungs- und Störschallunterdrückung sowie über eine Verstärkungsleistung von bis zu 75 Dezibel verfügen.



Volles Haus bei der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer am vergangenen Montag. Im Bildungszentrum des Handels stand das Thema „Besser hören“ auf dem Programm.

—FOTOS: JÖRG GUTZEIT (5)

Wer schlecht hört ...

... entwöhnt sein Gehirn von Geräuschen

VON HEIDI MEIER

Wessen Gehör nachlässt, sollte sich frühzeitig an den Gedanken an ein Hörsystem gewöhnen. Denn: Wer damit zu lange wartet, riskiert irreparable Schäden, die auch die beste High-Tech-Hörhilfe nicht mehr ausgleichen kann. Dies ist das wohl wichtigste Fazit der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer am vergangenen Montag. „Besser Hören“ lautete das Thema, das den Saal des Recklinghäuser Bildungszentrums des Handels aus allen Nähten platzen ließ.

Und das ist eigentlich kein Wunder. Denn 20 Prozent der Bevölkerung, so Akustikermeister Thomas Senft von der Recklinghäuser Firma Audium Hörsysteme, haben Probleme mit dem Hören. Nur fünf Prozent davon tragen ein Hörgerät und davon wiederum nur 1,5 Prozent seien damit zufrieden. Für den Akustikermeister ist dies der Hauptgrund, bei dieser

Abendsprechstunde ein flamendes Plädoyer für den verantwortungsvollen Umgang mit der Hörschwäche zu halten.

Wer schlecht hört, versteht vieles falsch. Missverständnisse in Familie, Freundeskreis, bei der Arbeit sind die Folge. Falsch Verstandenes werde dabei zunehmend als richtig eingestuft; und zwar vom Gehirn, indem sich die oft vernachlässigte Schaltzentrale des Hörens befindet. Und die Bilder, in denen der Mensch denkt, würden unscharf.

So führe Schwerhörigkeit zu Verunsicherung, die Betroffenen trauten sich nicht mehr, an Gesprächen teilzunehmen, sozialer Rückzug bis hin zu Isolation folgten.

Und auch mit Vergessen habe schlechtes Hören eine Menge zu tun. „Wenn das Gehirn nichts anderes mehr leisten kann, als sich angestrengt aufs Hören zu konzentrieren, leidet die Erinnerung“, verwies Senft auf Untersuchungen, die Schwerhörigkeit auch mit Demenz in Verbindung bringen.

Dabei beginne Schwerhörigkeit schlechend. Bekannte Stimmen wie die des Partners würden besser verstanden, und in zusammenhängenden Sätzen könne man manches erraten. Aber: Einsilber gerieten zur Herausforderung.

Senft: „Da wird aus Haus Maus, aus Klaus raus.“ Hohe Stimmen wirkten leiser und würden schlechter verstanden („Hochtonschwerhörigkeit ist die häufigste.“) Schnelles Sprechen, Hören in Gesellschaft, im Restaurant oder großen Gebäuden mit Hallwirkung – das seien die Hauptproblemzonen, wenn die Hörfähigkeit nachlässt.

Senft sprach von einer Hör-entwöhnung, die sich unbeachtet über Jahre regelrecht im Gehirn festfährt.

Umso wichtiger sei es, rechtzeitig das Tabu Schwerhörigkeit zu durchbrechen und den Ohrenarzt bzw. den Hörgeräteakustiker aufzusuchen. Je länger eine Schwer-



Höherwertige Hörgeräte zahlt die Krankenkasse nur zum Teil. —FOTO: DPA

- ◆ Hörgeräte-Akustiker können selbst entscheiden, welche Hörhilfen sie als Kassengerät führen. Sie müssen jedoch auch Modelle anbieten, die der Höhe des Festbetrags der gesetzlichen Kassen entsprechen.

- ◆ Je nach Hörschwäche und individuellem Bedarf sind viele Hörgeräte jedoch wesentlich teurer. Statt rund 800 Euro können sie mehr als drei- oder viermal so teuer sein. Mehrkosten für ein höherwertigeres Gerät müssen Versicherte selbst übernehmen. Ist ein teures Hörgerät – etwa mit einem höheren Frequenzbereich – medizinisch erforderlich, zahlt die gesetzliche Krankenversicherung auch diese Modelle.

© www.vz-nrw.de/digitale-hoergeraete

BEI UNS IM NETZ

Sprechstunde verpasst?

Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des **MEDIENHAUSES BAUER** war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden!

© www.gesund-im-vest.de

„Manchmal war es hart“

Bernhard Stevens ist froh, dass er nun ein Hörsystem trägt

(-hm-) „Schuld waren eigentlich immer die anderen: die Tochter, die zu schnell spricht, meine Frau, die nuschelt, der Fernseher, der zu leise ist ...“ – So beschrieb Bernhard Stevens die Zeit, in der er nicht wahrhaben wollte, dass sein Gehör nachlässt. Bei unserer Abendsprechstunde schilderte er eindrucksvoll seinen Weg bis zur Anpassung eines Hörsystems, die für ihn nach drei Monaten noch immer nicht abgeschlossen ist.

„Fünf Jahre habe ich verstreichen lassen“, gestand er. Jahre voller Missverständnisse – im Alltagsleben mit seiner Frau ebenso, wie im Umgang mit den Kunden seiner Apotheke in Oer-Erkenschwick. Schließlich suchte er den Ohrenarzt auf, der ihm nach einschlägigen Tests attestierte, dass er dringend ein Hörsystem braucht – und zwar beidseitig. Beim Hörge-



Bernhard Stevens.

räteakustiker musste er dann erfahren, dass Hörsysteme heute zwar sehr viel leisten, aber nur das fördern können, was noch da ist.

Seit Juli diesen Jahres befindet er sich nun in der sogenannten Ausprobe, wie die Anpassung eines Hörsystems genannt wird. Hörtrainings ste-

hen seit dem ebenso auf dem Plan wie wöchentliche bis 14-tägige Treffen mit dem Akustikermeister. Mehrere Geräte, die er vorschriftsmäßig vom Aufstehen bis zum Schlafengehen trägt, hat er inzwischen ausprobiert – und an diesen wiederum verschiedene Einstellungen. „Ich musste mich erst daran gewöhnen und war nicht gleich begeistert“, erinnert er sich, dass es „manchmal auch hart“ war. Aber: „Wenn man Fortschritte macht, dann bleibt man dabei.“

So hört er jetzt wieder Geräusche, die er schon fast vergessen hatte, und der Umgang mit den Mitmenschen dürfte auch deutlich entspannter sein. Dass die Anpassung mühevoll ist, schreibt er seiner langen Ignoranz zu und konstatiert: „Wenn ich Zahnschmerzen gehabt hätte, wäre ich sofort gegangen. Aber schlecht hören tut ja nicht weh ...“



Thomas Senft.

hörigkeit unbeachtet blieb, desto länger dauere die Anpassung eines Hörgerätes. Geduld sei oberstes Gebot, wenn das Gerät nicht in der Schublade landen soll. Thomas Senft: „Was sich über Jahre festgefahren hat, kann man nicht in vier Wochen ausgleichen. Das dauert drei, vier, fünf oder sechs Monate.“

In dieser Zeit müssten nicht nur verschiedene Hörsysteme und Einstellungen

derselben ausprobiert, sondern Hören neu trainiert werden. In diesem Zusammenhang warnte er vor dem Kauf von Hörsystemen bei Billig-Anbietern, die zunehmend auf den Markt drängten. Dort gehe es vorrangig ums Verkaufen, die aufwendige und langatmige Anpassung bleibe dabei zumeist auf der Strecke, und zurückgeben könne man die Geräte meist auch nicht.

Unterstützung bekam er dabei von Dr. Ludger H. Doerr, HNO-Arzt aus Recklinghausen und ebenfalls Referent unserer Abendsprechstunde. Dr. Doerr: „Einen guten Akustiker erkennen Sie daran, dass er Sie Hörgeräte ausprobieren lässt und mit Ihnen trainiert. Hörsysteme trainieren nämlich nicht die Ohren, sondern das Gehirn.“

Von Hörgeräten mag der Akustikermeister übrigens nicht sprechen. Hörsysteme müsse es heißen. Schließlich handle es sich um moderne High-Tech-Geräte, Computer im Miniformat, die ihren Trägern ganz andere Hörerlebnisse verschaffen könnten, als das früher möglich war.

Tinnitus entsteht im Gehirn

(-hm-) Rund drei Millionen Menschen in Deutschland leiden unter Tinnitus, die meisten davon chronisch. Hinzu kommen jährlich rund 270.000 Neuerkrankungen. Dr. Ludger H. Doerr, niedergelassener HNO-Arzt aus Recklinghausen, nannte diese Zahlen bei der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer.

Wenn der Tinnitus akut, also plötzlich auftritt, könne man durchaus einige Tage warten, ob das lästige Ohrgeräusch von allein wieder verschwindet. Stille vermeiden, das Radio auch zum Einschlafen anstellen, sich nicht zurückziehen und vor allem Stressabbau nannte er als vorrangigste Maßnahmen. Wenn das nicht hilft, stünden neben Entspannungstraining die Kortisontherapie oder durchblutungsfördernde Medikamente sowie eine Reihe therapeutischer Maßnahmen zur Verfügung.

Anders beim chronischen Tinnitus, von dem man spricht, wenn die Beschwerden über mehrere Monate bestehen. Dr. Doerr: „Dagegen gibt es zurzeit keine medikamentöse Therapie.“ Wichtig sei daher eine positive Lebensführung, der Verzicht auf Alkohol und Schlaftabletten zum Einschlafen sowie der Austausch mit anderen Betroffenen. Darüber hinaus verwies er auf die sogenannte Tinnitus-Retraining-Therapie, bei der der HNO-Arzt, ein Psychotherapeut und ein Hörgeräteakustiker zusammenarbeiten. Letzterer kann ein Tinnitus-Rauschgerät anpassen, das den Tinnitus durch ein anderes, angenehmeres Geräusch übertönt.

Schwierig, so Dr. Doerr, sei die Behandlung des chronischen Tinnitus nicht zuletzt, weil er vom Gehirn erzeugt wird – vergleichbar einem Phantomschmerz.



Dr. Ludger H. Doerr.

Hörsturz ?

(-hm-) Wenn ein Hörsturz nicht mehr zu reparieren ist, kann ein Hörgerät die letzte Rettung sein. HNO-Arzt Dr. Ludger Doerr empfahl bei unserer Abendsprechstunde für diesen Fall ein Hörsystem der neuesten Generation.

Irreparabel ist ein Hörsturz, bei dem das Gehör meist einseitig plötzlich aussetzt, aber längst nicht immer. Auch würde er nicht mehr als Notfall betrachtet. Die Behandlung sollte jedoch innerhalb von 24 bis 48 Stunden einsetzen. Ein leichter Hörsturz, so Dr. Doerr, heile spontan ohne Behandlung. Ansonsten stünden kortison- oder durchblutungsfördernde sowie antivirale Therapien zur Verfügung; außerdem die Sauerstoffbehandlung in einer Druckkammer.

Ausgelöst würden Hörstürze unter anderem durch virale Infekte, Medikamente, Tumore, Stress sowie Schall- bzw. Knalltraumata. Gerade Letztere seien der Grund dafür, dass immer mehr Jugendliche und junge Erwachsenen mit Hörsturz in die Praxis kämen. Laute Musik in Diskotheken oder über Kopfhörer seien dafür verantwortlich.

High-Tech fürs Ohr

Im Kontakt mit TV, Handy und Co.

(-hm-) Sie sind klein, beherbergen einen Computer und kommunizieren kabellos mit anderem technischen Gerät. Die Entwicklung der digitalen Welt hat auch vor der Hörgeräteakustik nicht Halt gemacht.

Was modernste High-Tech-Hörsysteme leisten können, das schilderte bei der Abendsprechstunde Thomas Frönd, Produkttrainer des dänischen Hörgeräteherstellers GN ReSound.

Ohne Zwischengerät, nur über Funk, sind diese Hörsysteme in Kontakt mit Fernseher, Telefon, Smartphone, Notebook, Tablet-PC oder Freisprechanlage im Auto. Von dort kann beispielsweise der Ton direkt aufs Ohr gesendet werden. Auch gewisse Bereiche des Hörsystems können auf diesem Weg nachgeregelt werden – zum Beispiel wenn es um das Ausblenden von Nebengeräuschen im Restaurant oder Windgerä-



Thomas Frönd.

schen an der See geht. Was die Zukunft bringt, so Frönd, sei in Dänemark schon heute u.a. an Bahnhöfen zu besichtigen: Über spezielle QR-Codes kommt dort die Ansage nicht verzerrt aus dem Lautsprecher sondern klar und deutlich direkt aufs Hörsystem.