



# hörwelten

## lecker & winter hörgeräte

Ausgabe 1 | 2022

## Sie hören gut? Hinweise gibt die Natur

Warum jetzt eine gute Zeit für einen Hörtest ist



**B**ald ist es hoffentlich wieder soweit: Der Winter weicht dem Frühling, es wird wärmer und die Vögel beginnen zu zwitschern. Wer jetzt aktiv hinhört, kann Einiges für seine Hörgesundheit tun? Warum? Weil die Natur Hinweise darauf gibt, wie es um Ihr Gehör steht.

Bei einem beginnenden Hörverlust sind es zuerst die hohen Töne, die nicht mehr wahrgenommen werden. Das Vogelgezwitscher, das vielleicht sonst klar gehört wurde, ist kaum mehr wahrnehmbar. Da ein Hörverlust schleichend geschieht, merken die wenigsten Menschen, dass sie nicht mehr so wie einst hören. Und weil Hören eine Leistung des Gehirns ist – jeder akustische Reiz wird in einen neuronalen Reiz umgewandelt und dem Gehirn als Information zur Verfügung gestellt – vergessen Betroffene die Töne, als

wären sie nie da gewesen. Erst, wenn ganze Worte nicht mehr gehört und Satzzusammenhänge nicht mehr erschlossen werden können, merken die meisten Betroffenen ihr Defizit. Wann ein Hörverlust einsetzt, ist allerdings unterschiedlich. Die Ursachen können vielfältig sein: Es können die Spätfolgen von übermäßigem Lärm in der Vergangenheit sein, zahlreiche Mittelohrentzündungen oder auch allmähliche Alterungserscheinungen kommen in Betracht. Vielleicht ist auch das Trommelfell nicht mehr so elastisch, so dass Schallwellen es nicht mehr richtig zum Schwingen bringen können. Vielleicht sind aber auch die inneren Haarsinneszellen im Inneren der Hörschnecke zerstört, so dass sie den mechanischen nicht mehr in einen neurologischen Reiz umwandeln können.

„Zudem befinden sich die Haarsinneszellen für die hohen Töne gleich am Anfang der Hörschnecke“, erklärt Hörakustik-Meisterin Julia Winter, die dem Verband Pro Akustik angehört. Jeder Ton müsse an ihnen vorbei. Dementsprechend werden diese Zellen am meisten beansprucht. „Das ist wie mit einem Teppich, der am Eingang liegt und über den jeder geht“, sagt Julia Winter „Der ist am ehesten abgenutzt.“

Aber es können auch weniger dramatische Gründe wie beispielsweise Schmutz oder übermäßig viel Ohrenschmalz sein, der vor dem Trommelfell verklumpt ist und den Gehörgang verstopft. Regelmäßige Hörtests geben Sicherheit, wie es um die persönliche Hörgesundheit steht. Ihr Pro Akustiker berät Sie gerne und führt kostenlos einer dieser Tests durch.

### Liebe Leserin, lieber Leser,

haben Sie auch gute Vorsätze fürs neue Jahr getroffen? Sie wollen mehr Sport machen? Wunderbar! Warum Hörgeräteträger von einer guten Versorgung bei sportlichen Aktivitäten profitieren, lesen sie auf Seite 2. Oder darf es einfach nur ein Spaziergang an der frischen Luft sein? Auch in der Natur können Sie etwas für Ihre Hörgesundheit tun – Sie müssen nur genau hinhören. Was Kopfhörer und Zubehör mit der Hörgesundheit zu tun haben, lesen sie ebenfalls in dieser Ausgabe. Es ist nämlich ganz und gar nicht unwesentlich, was Sie sich auf die Ohren setzen. Mehr darüber auf Seite 4.

Wir wünschen viel Spaß mit dieser Ausgabe!

Ihre

J. Winter



# Sportlich mit Hörgerät

Endlich mehr Sport machen – viele Menschen haben sich dies an Silvester vorgenommen. Doch es gibt ein paar Dinge zu beachten.

**H**örgeräte von heute sind kleine Hochleistungscomputer. Und genau wie für jedes Smartphone gilt: Wenn es nass wird, streikt die Technik. „Feuchtigkeit und Schweiß sind der Feind eines jeden Hörgerätes“, erklärt Julia Winter. „Doch Sport ist ohne Weiteres möglich. Man sollte nur einige kleine Regeln beachten.

„Wenn Menschen stark schwitzen, dann empfehle ich ihnen, ein Stirnband aus Frottee zu tragen“, sagt die Expertin. Man könne die Hörgeräte sowohl darüber, als auch darunter tragen. Wer sie darüber trägt, schützt die Geräte vor Feuchtigkeit.

Wer sie darunter trägt, kann sie mit Hilfe des Stirnbandes noch etwas fester an den Kopf bringen. Die meisten Gehäuse von Hörgeräten sind zwar inzwischen Wasserabweisend, aber dennoch sollte man mit ihnen auf keinen Fall duschen oder in die Sauna gehen. Sportarten wie Laufen, Radfahren oder auch Muskel-Aufbautraining sind kein Problem.

Besitzer von Hörgeräten, die mit einer Otoplastik ausgestattet sind, haben einen weiteren, entscheidenden Vorteil: Dank der Otoplastik sitzen die Hörgeräte fester als solche mit Schirmchen. Laufen, Hüpfen, Sit Ups – alles kein Problem. Wer sein Hörgerät über eine App steuert, kann dann auch bequem beim Sport seine Lieblingsmusik direkt ins Ohr streamen oder Gesundheitsdaten abrufen. „Es gibt Modelle, bei

denen gehört eine solche Funktion zur Standardeinstellung dazu“, sagt Julia Winter.

Fazit: Beim Sport sollte niemand auf sein Hörgerät verzichten müssen. Im Gegenteil: Hörgeräte der modernsten Klasse bieten sogar viele Vorteile: man kann seine Lieblingsmusik direkt ins Ohr streamen, seine Gesundheitsdaten abfragen und zudem sitzt das Hörgerät fester im und am Ohr als manche der herkömmlichen In-Ear-Kopfhörer.

Von daher: legen Sie los!

Weitere Informationen erhalten Sie gern bei uns. Wir freuen uns, von Ihnen zu hören!



*Aktiv mit Hörgerät?  
Selbstverständlich!  
Gerade beim Joggen  
empfehlen sich Otoplastiken für einen  
besseren Sitz.*

# Schutz für mehr **Konzentration**

Sportler setzen auf  
maßgefertigten Gehörschutz



Wassersportler profitieren von angefertigtem Gehörschutz.

**E**gal, ob Profi oder Amateur, ob an Land oder im Wasser – ein professioneller Gehörschutz hilft Sportlern, ihr Gehör zu schützen. Bei Wassersportlern beispielsweise verhindert er ein Eindringen von Wasser in den Gehörgang. Kinder können nach Paukenröhrchen-Operationen mit einem individuell angefertigten, professionellen Gehörschutz ins Wasser gehen und schwimmen. Bei Sportschützen ist er nicht nur vorgeschrieben, er kann auch dazu

beitragen, die Konzentrationsfähigkeit zu erhöhen. Bei einem maßgeschneiderten Gehörschutz sinkt der Spitzenschallpegel. Gleichzeitig werden die Umgebungsgereusche herausgefiltert, die andere Wett-kampfteilnehmer auf dem Schießstand verursachen. Eine Unterhaltung mit Teamkollegen ist hingegen weiterhin möglich. Voraussetzung für einen solchen Gehörschutz ist eine individuelle Anpassung mit einer Otoplastik.

Die Experten der Pro Akustik fertigen einen individuell angepassten Gehörschutz. Dieser ist nicht nur für Jäger oder Schützen geeignet. Auch Menschen, die entspannt und ausgeruht nach einem langen Flug oder einer Bahnreise ankommen wollen, sollten einen professionellen Gehörschutz tragen. Sie tun nicht nur etwas dafür, ihren Stresspegel zu senken, sondern tun auch etwas für ihre (Hör-)Gesundheit. Die Mitglieder des Qualitätsverbandes Pro Akustik beraten gern.



## Was ist eigentlich eine **Signal-Rausch-abstand-Messung?**

Bei der Messung des so genannten Signal Rauschabstandes wird das Hören in lauter Umgebung überprüft. Es gibt zwei Möglichkeiten der Messung: bei der einen, dem Oldenburger Satztest, müssen Hörgeräteträger ganze Sätze in lauter Umgebung verstehen, wie beispielweise bei einer Cocktail-party. Beim Freiburger Wörtertest sind

es einzelne Begriffe. Zudem wird gemessen, welche Geräusche als unangenehm empfunden werden. Dazu werden Geräusche vorgespielt, die der Kunde auf einer Scala einordnen soll. Diese Informationen wertet der Hörakustiker dann aus und stellt die Hörgeräte erneut ein. Eine Verbesserung ist meist sofort spürbar.

# Fernsehen mit Kinoqualität

Hilfsmittel von Sennheiser bieten Komfort und Genuss

Ob in Online-Konferenzen oder zum Musik hören – Kopfhörer sind aus unserem heutigen Alltag kaum wegzudenken. Ein Spezialist für Kopfhörer und Zubehör ist die Firma Sennheiser aus der Region Hannover. Mit ihren Hightech-Hilfsmitteln wird ein heimischer Fernsehabend zum Kino-Genuss – besonders auch für Hörgeräteträger. So bietet Sennheiser beispielsweise spezielle TV-Kopfhörer für Hörgeräteträger an. Mit ihnen kann man den Klang genießen, ohne die Umwelt zu stören.

Aber nicht nur für Hörgeräteträger ist es wichtig, auf gute Kopfhörer und Hilfsmittel zu achten. Denn auch Normalhörende können sich durch zu laut eingestellte oder nicht passende Kopfhörer ihr Gehör schädigen – und

das durchaus nachhaltig im negativen Sinne: Sind die Haarsinneszellen im Ohr einmal geschädigt, wachsen sie nicht nach und sie regenerieren sich auch nicht.

Hört man permanent lautstark Musik, werden die feinen Sinneszellen für die hohen Töne geschädigt. Kopfhörer sollten daher unbedingt einen Lautstärkereglern haben, der anzeigt, wann die kritische Zone erreicht ist. Sie sind oft teurer in der Anschaffung. Doch in Hinblick auf die Kosten von zu erwartenden Hörgeräten bei einer provozierten Schwerhörigkeit sind gute Kopfhörer eine lohnende Investition.

Die Spezialisten von Pro Akustik beraten gern, welche Kopfhörer für welche Lebenssituation die besten sind.



Zusatzgeräte erleichtern den Fernsehgenuss.

## Wir sind für Sie da!

Ein Besuch bei uns ist unter 3G möglich

Hörakustiker sind von der 2G-Regelung ausgenommen. Aber für Ihre und unsere Sicherheit gilt bei den hörwelten seit dem 06.12.2021 3G. Bitte bringen Sie Ihren Impf-, Genesenen- oder Testnachweis mit und melden Sie sich vorab telefonisch oder über unseren Online-Termin kalender (unter [www.hoerwelten-bremen.de](http://www.hoerwelten-bremen.de) auf

der ersten Seite im grauen Feld rechts) an. So vermeiden wir größere Menschengruppen bei uns im Geschäft. Zudem haben wir als Gesundheitshandwerker unsere Hygienemaßnahmen nochmals gesteigert, so dass Sie sich bei uns sicher fühlen können. Wir sind für Sie da. Vereinbaren Sie gerne einen individuellen Termin mit uns.



Leher Heerstraße 56-60

28359 Bremen / Horn-Lehe

Telefon 0421 | 835 38 88

E-Mail [horn@hoerwelten-bremen.de](mailto:horn@hoerwelten-bremen.de)

### Öffnungszeiten

Montag bis Freitag

9 - 13 Uhr | 14 - 18 Uhr

und nach Vereinbarung

[www.hoerwelten-bremen.de](http://www.hoerwelten-bremen.de)

### Sudoku

		5		7	9			3
				4	5			
	4			8		9	5	
5	1							2
8		4	7	9	1			
3		9	5			1		4
			9		2	7		
	3					5		
4			8		7	6		2

Mitglied im Qualitätsverband *pro akustik*<sup>®</sup>

HÖRTELEGRAMM · AUSGABE 1 · 2022

#### Impressum

Herausgeber: Pro Akustik Hörakustiker GmbH & Co. KG Hannover

für: hörwelten  
lehker & winter hörgeräte e.K.  
Leher Heerstraße 56-60  
28359 Bremen