

**Chronik/Gesundheit/Technik**

**Neujahrsvorsatz: Endlich wieder gut hören**

Wien, am 28.12.2021

## **Neujahrsvorsatz: Endlich wieder gut hören**

**Manch einer hat es während der Familienfeiern zu Weihnachten vielleicht bemerkt: Im Vergleich zum Vorjahr kann man den Gesprächen nicht mehr so gut folgen oder plötzlich fragt man viel öfter nach „Was hast du gerade gesagt?“. Der Beginn des neuen Jahres ist daher der beste Zeitpunkt, sich dem Thema Hören anzunehmen. Bei der nächsten Feier mittels Hörsystems wieder alles zu verstehen ist einfacher als man glaubt und zahlreiche technische Features wie Bluetooth und Fernbedienung unterstützen im Alltag zusätzlich.**

„Moderne Hörsysteme sind Mini-Computer und können viel mehr, als man so einem kleinen Gerät vielleicht zutraut. Wichtig ist aber vor allem, dass man rechtzeitig anfängt, sich damit zu beschäftigen, wenn man merkt, dass das eigene Hörvermögen schlechter wird“, beschreibt Josef Riegler, Bundesinnungsmeister der Österreichischen Hörakustiker die Situation. Denn ein schleichender Hörverlust birgt noch ganz andere Probleme, die damit einhergehen: Man beteiligt sich weniger an Gesprächen und es kommt zur Vereinsamung, die Lebensqualität leidet. Darüber hinaus zeigen Studien deutliche Verbindungen zwischen einem Hörverlust und Demenzrisiko, psychischen Erkrankungen wie Depression sowie Unfallgefahr.

### **Der erste Schritt ist schnell gemacht**

Der Weg zum besseren Hören gestaltet sich unkompliziert und risikolos – ein Neujahrsvorsatz, der sich also sehr einfach einhalten lässt. Ein Besuch beim Hörakustiker ist der erste Schritt. Dieser testet das Hörvermögen und beantwortet alle Fragen bzw. verweist gegebenenfalls an den HNO-Arzt. Auch ist die Investition in ein Hörsystem mit keinem Risiko verbunden: „In der Branche ist es üblich, dass man das Hörsystem kostenlos und unverbindlich Probe tragen kann“, erklärt Riegler. So bemerkt man schnell, ob das neue Gerät nur zuhause in der Schublade liegenbleibt oder man den Nutzen im Alltag zu schätzen lernt.

### **Was Hörsysteme heute alle können**

Es beginnt schon einmal bei der Größe: „Manche Hörgeräte sind heute nicht mehr größer als eine 2-Cent-Münze“, erklärt der Experte. Aber auch bei den Funktionen gibt es viele technische Neuerungen, die das Leben erleichtern. Dabei fließt auch der Nachhaltigkeitsgedanke ein: Statt mühsam regelmäßig Batterien wechseln zu müssen, kann man heutzutage auf ein aufladbares Gerät setzen. Auch eine weitere Mühseligkeit entfällt: So gibt es mittlerweile Hörsysteme, die sich automatisch an den Geräuschpegel anpassen, wo man nicht mehr händisch das Programm bzw. die Lautstärke regeln muss und Umgebungsgeräusche herausgefiltert werden.

### **Bluetooth-Verbindung nutzen**

Zu den wichtigsten neuen Details gehört außerdem eine Bluetooth-Schnittstelle. Diese ermöglicht eine Verbindung zum Handy. So kann man einerseits das Smartphone als

Fernbedienung für das Hörsystem nutzen, andererseits hat man die Freisprecheinrichtung beim Autofahren bereits im Ohr und kann sich auch die Ansagen des Navis direkt übertragen lassen. Darüber hinaus lässt sich auch ein Mikrofon über Bluetooth verbinden. Dieses kann man zum Beispiel auf den Tisch legen und hat so den Gesprächspartner gegenüber im wahrsten Sinne des Wortes „direkt im Ohr“. Besonders praktisch ist auch der Fernseh-Adapter: „Bei modernen Fernsehern sind die Lautsprecher meist auf der Rückseite platziert. Der Schall wird so erstmal gegen die Wand geschickt und vom Zuseher nur indirekt empfangen. Der Adapter überträgt den Ton direkt ins Ohr und man beglückt nicht die Nachbarn mit einem zu laut aufgedrehten Fernseher“, rät Josef Riegler.

Übrigens: Gerade jetzt in der Pandemie ist es umso wichtiger, für ein gutes Hörvermögen zu sorgen. Masken dämpfen die Lautstärke beim Sprechen um 5 dB (Mund-Nasen-Schutz) bis zu 10 dB (FFP2-Maske). Auch die für die Sprachverständlichkeit wichtigen höheren Frequenzen werden weggefiltert. Darüber hinaus kann man sich durch die Masken auch nicht mit dem Lippen lesen behelfen. „Unsere Ohren brauchen jetzt also umso mehr Aufmerksamkeit“, so der Bundesinnungsmeister abschließend.

**Foto, Abdruck honorarfrei:**

Bild 1: Endlich wieder gut hören © Pixabay

**Pressestelle der Bundesinnung / Rückfragehinweis:**

Katharina Hofer

Himmelhoch Text, PR & Event

+43 650 / 445 8213

[katharina.hofer@himmelhoch.at](mailto:katharina.hofer@himmelhoch.at)