

## **Mehr Hörschäden bei Kindern und Jugendlichen Vorsicht bei Ohrhörern**

Mainz, 18.8.2016. Alle sagen, „hör nicht so laut Musik!“ Wir sagen: „Du darfst! Beachte einfach ein paar Tipps.“ Ein Drittel der Jugendlichen im Alter von 14 bis 19 Jahren hört mindestens ein bis zwei Stunden täglich Musik – in unserer mobilen Gesellschaft vor allem über iPod, Handy oder MP3-Player. Wer dauerhaft einen gesunden Hörgenuss erleben möchte, sollte einige Regeln im Umgang mit Kopfhörern kennen.

Anders als Kopfhörer, die auf den Ohren aufliegen (DJ-Kopfhörer), werden Ohrhörer, bekannt als In-Ear-Kopfhörer, direkt in den Gehörgang eingeführt und es besteht die größere Gefahr, das Gehör zu schädigen. Denn durch den Verschluss der äußeren Gehörgänge können besonders hohe Schalldruckpegel erreicht werden. Dazu kommt, dass Jugendliche Musik gerne laut hören. Wie Befragungen ergeben haben, liegt die durchschnittliche Lautstärke bei 89 Dezibel.

Wird das Gehör aber dauerhaft mit 80 bis 85 Dezibel belastet, ohne dass man ihm eine ausreichende Pause gönnt, zerstört dies die feinen Sinneszellen des Innenohrs irreparabel. Je mehr Haarzellen nach einer Weile beschädigt sind, desto weniger Signale werden von ihnen über den Hörnerv zum Gehirn weitergeleitet. Die Folge: Umgebungsgeräusche und Sprache werden zunehmend leiser wahrgenommen und schlechter verstanden. Tückisch an durch Lärm entstandenen Hörschäden ist, dass diese oft erst nach einigen Jahren bemerkt werden. So sind in Deutschland immer mehr Kinder und Jugendliche von Hörschäden betroffen. Krankenkassenberichten zufolge ist die Zahl der Verordnungen für Hörsysteme bei versicherten Patienten unter 18 Jahren stark gestiegen.

„Hören ist immer auch subjektiv. Eine Kreissäge wird als unangenehm empfunden – die Lieblingsband dagegen als angenehm“, erklärt Marianne Fricke, Präsidentin der Bundesinnung der Hörgeräteakustiker (biha). „Wichtig ist hier vor allem, dass die jungen Menschen Bescheid wissen, was der Knopf im Ohr anrichten kann. Besser ist es, Kopfhörer zu verwenden, die auf dem Ohr aufliegen. Außerdem sollte man die Lautstärke nicht voll aufdrehen und den Ohren ausreichende Erholungspausen gönnen.“



Hörakustiker empfehlen die sogenannte 60/60-Regel. Dies bedeutet, dass man die Lautstärke nicht bis zum Anschlag dreht, sondern nur auf maximal 60 Prozent. Und dies auch nur für 60 Minuten. Anschließend brauchen die Ohren eine Pause.

Haben Eltern den Verdacht, dass das Gehör ihres Kindes geschädigt ist, empfiehlt sich der Gang zum Hörakustikfachbetrieb vor Ort. Hörakustiker führen in der Regel einen kostenlosen und unverbindlichen Hörtest durch und beraten umfassend zum Thema Hören.

### **Hintergrund zum Hörakustiker-Handwerk**

Mit circa 6.000 Hörakustiker-Betrieben und rund 14.500 Hörakustikern versorgt das Hörakustiker-Handwerk etwa 3,5 Millionen Menschen in Deutschland mit qualitativ hochwertigen, volldigitalen Hörsystemen. Die Bundesinnung der Hörgeräteakustiker KdöR (biha) vertritt die Interessen der Hörakustiker in Deutschland.

V.i.S.d.P.:

Bundesinnung der Hörgeräteakustiker (biha) KdöR, Wallstraße 5, 55122 Mainz  
Internet: [www.biha.de](http://www.biha.de); Telefon: 06131 965 60-28; Dr. Juliane Schwoch; E-Mail: [schwoch@biha.de](mailto:schwoch@biha.de)