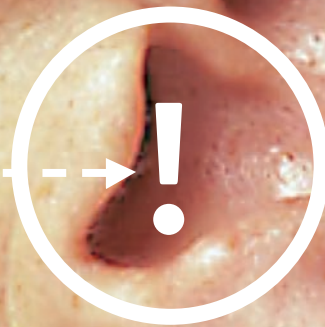


Ohrstöpsel statt Hörgerät



> Forum „Das gesunde Ohr“ empfiehlt: Schützen Sie Ihre Ohren gegen akustische Umweltverschmutzung

Für Dr. Lutz Wilden ist Lärm wie Gift – eine Form der Umweltverschmutzung, die Menschen zunehmend belastet. Dr. Wilden ist Innenohrspezialist, Experte für Tinnitus in Europas meist besuchtem Kurort Bad Füssing und Initiator des Forums „Das gesunde Ohr“. Deshalb gehört er zu den Ohrenärzten, die lange zögern, bis sie ihren Patienten bei nachlassendem Gehör ein Hörgerät verordnen. Dr. Wilden: Nicht das Hörgerät, sondern Ohrstöpsel sind für das überlastete Ohr die beste Medizin, sich zu regenerieren.

Hörgeräte, so Dr. Wilden, seien an sich eine zusätzliche Lärmquelle, die vorhandene Schädigungen im Ohr möglicherweise sogar noch verstärken können. „Würden Sie vielleicht einem Leberkranken raten, sich mit Alkohol zu kurieren?“, fragt der Mediziner. „Ein geschädigtes Ohr aber wird durch die künstliche Hörhilfe mit der vielfachen Verstärkung der Außen-geräusche belastet.“

Menschen mit gutem Gehör rät Dr. Wilden: „Tragen Sie immer Ohrstöpsel bei sich, um ihrem Ohr in geeigneten Momenten Pausen der Ruhe zu gönnen.“ Menschen mit Hörschäden rät er: „Lassen Sie

sich so spät wie möglich ein Hörgerät verschreiben.“ Wer ein Hörgerät trägt, sollte es nach Ansicht des Mediziners so oft als möglich abschalten und stattdessen durch Ohrstöpseln ersetzen.

Bis zum Jahr 2030 wird nach Schätzung von Experten jeder zweite Deutsche an den Folgen von Innenohrüberforderungen, wie Schwerhörigkeit, Geräuschempfindlichkeit, Hörverzerrung, Hörsturz oder Schwindel leiden, sagt Dr. Wilden. Gefährdet seien vor allem Jugendliche, die Discos und Popkonzerte besuchen und über Kopfhörer Musik in unerträglichen Lautstärken genießen. „Unsere Ohren sind von Natur aus eigentlich dafür geschaffen, dass wir uns in einer Welt der relativen Stille zurechtfinden, dass wir sich nähernde Feinde oder Beutetiere hören können“, erklärt er. Gehörschäden auch bei Jugendlichen würden leider viel zu spät erkannt. Das Ohr kann bereits 20 bis 30 Prozent seiner Qualität verloren haben, bevor deutliche Symptome feststellbar sind.



Weitere Infos im
Internet unter:
www.dasgesundeohr.de

Der Selbsttest

Ist Ihr Gehör noch fähig, sich zu erholen? Die Regenerationsfähigkeit Ihrer Hörzellen können Sie ganz einfach selbst testen: Besorgen Sie sich Ohrstöpsel in der Apotheke und tragen Sie diese eine Stunde lang in Bereichen, wo Sie dies gefahrlos tun können. Wenn Sie die Stöpsel dann herausnehmen und deutlich empfinden, dass es „sehr laut“ in Ihrer Umgebung ist, hat Ihr Ohr sich durch den vorübergehenden Lärmschutz etwas erholt. Je häufiger und je länger Sie Ihr Gehör gegen unnötigen Lärm schützen, desto besser kann sich Ihr Ohr regenerieren.

