

Andreas Frank

einfach dazugehören



Reise aus der Stille

Wege zum besseren Hören und Verstehen

**„Die Tanzenden wurden für verrückt gehalten
von denjenigen, die die Musik nicht hören konnten.“**

Friedrich Nietzsche

Inhaltsverzeichnis

HERZLICH WILLKOMMEN

WIE GUT HÖREN SIE? - DER SCHNELLTEST

HÖRWISSEN

HÖRFUNKTION DES OHRES

SCHWERHÖRIGKEIT

Arten von Schwerhörigkeit

Ursachen von Schwerhörigkeit

Schweregrade der Schwerhörigkeit

Folgen von Schwerhörigkeit

HÖRVERLUST ERKENNEN

HÖRVERLUST ANHÖREN

HÖRVERLUST MESSEN

HÖRVERLUST SICHTBAR MACHEN

Das Audiogramm

Die Sprachbanane

HÖRVERLUST VORBEUGEN

TINNITUS

Ursachen

Folgen

Behandlungsmöglichkeiten

SPRACHFORMEN

- Lautsprache
- Deutsche Gebärdensprache
- Lautsprachbegleitende Gebärden
- Lautsprachunterstützende Gebärden
- Fingeralphabet

WISSENSWERTES HÖREN - EIN WUNDER DER NATUR

- Das leistet unser Gehirn
- Hören ist Lebensqualität
- Schwerhörigkeit behindert Partner
- Grundgedanken Schwerhörigkeit
- Implantat oder kein Implantat?

HÖRVERLUST BEHANDELN

HÖRGERÄTE

- Funktionsweise
- Arten von Hörgeräten
- Kosten

DAS COCHLEA-IMPLANTAT

- Funktionsweise
- Kosten

ALTERNATIVEN

- Knochenleitungssysteme
- Knochenleitungsimplantate
- Mittelohrimplantate
- Hirnstammimplantat
- Gebärdensprache
- Weitere Alternativen

HÖRREISE

STARTPUNKT

Selbst betroffen

Mein Kind oder Baby ist betroffen

Ich kenne jemanden

ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN

Was bedeutet Erfolg?

Zwei Erfolgsschlüssel als Grundvoraussetzung

3 Phasen zum Erfolg

Bewusstes Handeln erfordert Wissen

Was kann Sie stoppen?

Die Wichtigkeit einer Entscheidung

Gesunder Menschenverstand und -kenntnis

Das Erkennen einer Herausforderung

Fragen Sie nach

Die passende Lösung kann Zeit in Anspruch nehmen

Welche Konsequenzen gibt es?

Wie kann „Netzwerken“ bei einer Entscheidung unterstützen?

HÖRGERÄTEREISE

Hörtest, Diagnose und Beratung

Anpassung und Abstimmung

Nachsorge

Wissenswertes über Hörgeräte

COCHLEA-IMPLANTAT-REISE

Diagnose und Überweisung

Voruntersuchung und Beratung

Implantation

Erste Anpassung und Abstimmung

Nachsorge und Rehabilitation
Wissenswertes über Implantate

SPENDENAUFTRUF

ANHANG

KOMMUNIKATION IM UMGANG MIT SCHWERHÖRIGEN

OPTIMALES HÖREN MIT EINEM HÖRGERÄT

URSACHEN EINER SCHWERHÖRIGKEIT

MEIN MOMENT

SELBSTHILFEGRUPPEN

CHECKLISTEN

Checkliste Krankenhaus

Checkliste Akustikerbesuch Teil 1: Vorbereitung

Checkliste Akustikerbesuch Teil 2:
Qualitätscheck

Checkliste Akustikerbesuch Teil 3: Hörgerätekauf

Checkliste Tinnitus

Checkliste nach der Operation am Ohr

GLOSSAR

FRAGEN UND ANTWORTEN (F&A)

Allgemeine Fragen

Fragen zum Cochlea-Implantat

LEITGEDANKEN VON UNS

Abkürzungen

ABR	Auditory Brainstem Response: Hirnstammaudiometrie
AVWS	Auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörung (auch AVS)
BAHA	Bone Anchored Hearing Aid (Knochenleitungshörgerät)
BERA	Brainstem evoked response audiometry (Hirnstammaudiometrie)
BICROS	Bi-Contralateral Routing of Signals
CI	Cochlea-Implantat
CIC	Complete in channel (komplett im Ohrkanal)
CROS	Contralateral Routing of Signals
dB	Dezibel
DVT	Digitale Volumentomographie
EAS	Elektrisch-akustische Stimulation (Hybridfunktion)
HdO	Hinter-dem-Ohr
IdO	In-dem-Ohr
IIC	Invisible-In-Channel (unsichtbar im Ohrkanal)
ITC	In-The-Canal (im Ohrkanal)
ITE	In-The-Ear (im Ohr)
MAP	Englisch: Landkarte
MRT	Magnetresonanztomographie
OTC	Over-the-counter (rezeptfrei kaufbar)
RIC	Receiver-in-the-canal (Empfänger im Ohrkanal)
RTA	Reintonaudiometrie

SSD	Single side deafness (einseitige Taubheit)
WHO	World Health Organization
ZAWS	Zentral-auditive Verarbeitungsstörung

Danksagung

Ich danke der Internationalen Hörstiftung und vor allem Frau Dr. Verena von Puttkamer, die dieses Projekt und viele andere vorantreibt, um das Thema Hören und seinen Stellenwert noch bekannter zu machen.

Ich bedanke mich zudem ganz herzlich bei allen Personen, die uns unterstützen. Das finden wir großartig. Unsere Aufklärungsarbeit ist ein Zusammenspiel vieler Menschen, die sich mit Herz und Verstand einbringen und Gutes tun. Das schätzen wir.

Jedes Ende beginnt mit einem Anfang. Glauben Sie, dass wir bereits alle über das Thema Hören aufgeklärt sind? Werden wir nur dasitzen und den Status akzeptieren, ohne etwas zu unternehmen?

Wenn Sie heute etwas tun wollen, um sicherzustellen, dass das nicht passiert, können Sie eine Spende an uns richten. Am Ende des Buches erhalten Sie die notwendigen Informationen. Wir arbeiten weiter hart daran, die Aufklärungsarbeit voranzubringen. Wir haben noch viel vor. Schritt für Schritt gehen wir weiter voran.

Ihr
Andreas Frank

einfach dazugehören gefördert durch



INTERNATIONALE
HÖRSTIFTUNG

Vorwort

Unser Ohr zählt zu den wichtigsten Sinnesorganen des menschlichen Körpers. Mit unseren Ohren nehmen wir nicht nur Töne und Geräusche wahr, sondern sie steuern auch unseren Gleichgewichtssinn und sind für unsere räumliche Orientierung zuständig. Richtig hören und verstehen lässt uns am Leben teilhaben.

19% der Bevölkerung leiden jedoch unter einer behandlungsbedürftigen Schwerhörigkeit. Jedes 1000ste Kind kommt mit einer angeborenen Hörstörung zur Welt. Nicht hören zu können, trennt uns von unseren Mitmenschen und kann zur Isolation führen. Nicht hören zu können, kann laut Wissenschaft und Forschung im Alter eine Demenz begünstigen. Wer schwer hört, wird im Alltag vor erhebliche Herausforderungen gestellt.

Dieses Buch soll Ihnen helfen, die Herausforderungen einer Schwerhörigkeit für sich selbst und für andere zu erkennen und trägt dazu bei, damit besser umzugehen.

- Warum habe ich eine Hörbeeinträchtigung?
- Welchen Anspruch stelle ich an mein Hören und Verstehen?
- Welche Hörlösung kann für mich passend sein?
- Wer kann mich unterstützen?
- Wie kann ich andere unterstützen?

Die Internationale Hörstiftung, die dieses Buch unterstützt, ist eine gemeinnützige Stiftung des öffentlichen Rechts mit dem Schwerpunkt Wissenschaft und Forschung. Sie leistet damit einen Beitrag zur Verbesserung der Früherkennung,

Diagnostik, Behandlung und Prävention von
Schwerhörigkeit.

Wir wünschen Ihnen viele neue Erkenntnisse.

Ihre Dr. Verena von Puttkamer
Vorstandsvorsitzende der Internationalen Hörstiftung

Herzlich willkommen

Herzlich willkommen in unserem Buch, das für alle Betroffenen von Schwerhörigkeit und Interessierten gleichermaßen bedeutsam ist. Wir möchten Sie unterstützen, Ihren eigenen Weg zu finden.

Hören spielt eine fundamentale Rolle in unserem Leben. Wir verbinden uns über unseren Hörsinn mit der Welt. Dabei nehmen wir Informationen auf und kommunizieren mit der Welt. Unser Hörsinn lässt uns auch Gefahren erkennen. Er ermöglicht es uns, mit anderen Menschen in Verbindung zu treten. Je besser wir hören, desto leichter nehmen wir am Leben teil. Deshalb ist es extrem wichtig, für ein bestmögliches Gehör zu sorgen. Dazu bedarf es zweier Schritte:

1. Der erste Schritt ist die Aufklärung rund um das Thema Hören. **Wissen, warum man handeln sollte (oder auch nicht).**
2. Der zweite Schritt ist, aktiv für ein bestmögliches Gehör zu sorgen. **Wissen, wie man handelt.**

In diesem Buch finden Sie Hörwissen, Hörlösungen und Entscheidungsgrundlagen, um die für Sie richtige Entscheidung zu treffen. Zudem finden Sie Anregungen für ein Leben in größtmöglicher Hörqualität. Natürlich gibt es auch Alternativen zu Hörlösungen. Beispielsweise gibt es neben der Lautsprache die Gebärdensprache und andere Sprachformen, die wir Ihnen vorstellen werden.

Das Internet sowie unser Buch ersetzen niemals das persönliche Gespräch, beide Medien sind aber ein sehr

machtvoller Wegweiser dorthin. Nutzen Sie diese Wege und nehmen Sie dann Kontakt zu den Experten auf.

Sie haben mehrere Möglichkeiten, dieses Buch zu lesen. Sie können direkt zu einem Kapitel springen oder Sie können dem roten Faden von Anfang bis Ende folgen. Wir wünschen Ihnen nun viel Freude beim Durchstöbern dieser Buchseiten, bei Ihrer persönlichen Aufklärung und vielleicht anstehenden Hörreise.

Wie gut hören Sie? - Der Schnelltest

Fangen wir direkt mit einem einminütigen Schnelltest an. Bitte beantworten Sie folgende Fragen mit Ja oder Nein.

- Sprechen die Menschen um Sie herum undeutlich oder nuscheln sie?
- Strengt es Sie an, wenn jemand zu Ihnen spricht oder flüstert?
- Haben Sie Schwierigkeiten, jemanden zu hören und zu verstehen, der aus einem anderen Zimmer ruft?
- Erhöhen Sie die Lautstärke Ihres Fernsehers?
- Strengt es Sie an, Personen in Situationen mit lauten Hintergrundgeräuschen zu verstehen?
- Müssen Sie öfters nachfragen?
- Bemerkten Ihre Freunde oder Ihre Familie, dass sie manche Sätze zweimal sagen müssen?
- Fühlen Sie sich am Ende des Tages erschöpft?
- Erkennen Sie sofort, aus welcher Richtung Geräusche kommen (z.B. im Straßenverkehr oder wenn man Sie ruft).
- Verstehen Sie öfter etwas falsch?
- Können Sie keine Klänge der Natur (z.B. Vogelgezwitscher) hören?
- Ziehen Sie sich aus Gesprächen zurück oder meiden Sie generell gesellschaftliche Anlässe, weil Ihnen Hören schwerfällt?

Wenn Sie eine oder mehrere Fragen mit Ja beantwortet haben, empfehlen wir Ihnen den Gang zum Hörakustiker. Es könnte sein, dass Sie einen Hörverlust haben.

Gewinnen Sie Ihre Sicherheit durch einen Besuch bei einem Hörakustiker oder HNO (Hals-Nasen-Ohren)-Arzt. Sie sind selbstverantwortlich für Ihr Leben in größtmöglicher Hörqualität.