

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

SPENDENAUFRUF

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 Volumen томография
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?
- Bemerken 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.