Die ganze WOCHE gesünder

Nr. 16/10

Promis wie Jodie Foster (li.), Mario Adorf (o.) und Halle Berry (u.) machen es vor. Sie tragen ihre Hörgeräte in der Öffentlichkeit. Adorf hält die Fernbedienung dazu in der Hand.

Fotos: ap(2), picturedesk.com

Moderne Hörhilfen sind kaum noch zu sehen

Schwerhörigkeit betrifft viele Menschen. Den Arzt suchen die meisten aus Scham erst nach Jahren auf und verordnete Hörgeräte zieren dann häufig nur das Nachtkästchen – nicht das Ohr. Dabei werden Hörgeräte immer besser und auch für hochgradige Schwerhörigkeit, ertaubte Menschen und gehörlos geborene Kinder gibt es Hilfe.

Die zweifach mit dem „Oscar“ ausgezeichnete Jodie Foster, 47, traut sich. Ihre Schauspielkollegin Halle Berry, 43, ebenfalls schon mit dem höchsten Filmpreis gekrönt, auch. Sie zeigen sich mit Hörgerät in der Öffentlichkeit. Das ist selten. Die breite Masse hält es eher mit Mario Adorf. Der 79jährige Theater- und Fernsehliebling weiß seit Jahren um

Bitte blättern Sie um!

Aus dem Inhalt

Seite

Visite bei den Promis 77

Unglaubliches aus der Medizin 78

Mit Hitze gegen Bluthochdruck 79

Schutz vor den Pollen 80

Behandlungsmethoden der Alzheimer-Demenz 80

Größere Eiweißmengen im Harn 80

Ohrgeräusche abtrainieren 81

Gewichtszunahme im Alter 81

Veränderung des Achselhaares 81

Risikofaktoren für Bauchspeicheldrüsen-Krebs 82

Ein geblähter Bauch 82

Schnelle Gewebsregeneration bei Muskelfasereinriss 83

Ihr BIO-Wetter 83

Zahnlücke und Herzinfarkt-Risiko 83

seine Schwerhörigkeit. „Vor zehn Jahren wurde ich darauf aufmerksam gemacht, aber erst seit einem Jahr besitze ich ein Hörgerät. Ich hatte Angst, dass es allen auffällt."

Den Hals-Nasen-Ohren-Spezialisten Doz. Dr. Christoph Arnoldner vom Wiener Allgemeinen Krankenhaus (AKH) erstaunt Adorfs Verhalten nicht. „Die meisten Betroffenen warten lange, bis sie sich wegen ihrer Schwerhörigkeit zum Arzt wagen. Die Schwerhörigkeit wird noch immer mit Altsein gleichgesetzt."

Dabei kann es auch Junge treffen, denn unsere Welt wird ständig lauter, sagt der Arzt. „Etwa 800.000 Menschen in unserem Land sind von Schwerhörigkeit betroffen, 560 Millionen sind es weltweit. Im Jahr 2050 sollen es laut Weltgesundheitsorganisation 900 Millionen sein."

Der ständige Lärm belastet unser Gehör, das als gesundes Organ in der Lage ist, den riesigen Frequenzbereich zwischen 16 Hertz (besonders tiefe Töne) und 16 Kilohertz (sehr höhe Töne) wahrzunehmen. Verglichen mit dem Leistungsspektrum einer Waage wäre es so, als ob das Wiegegerät alles zwischen einem Milligramm und 1.000 Tonnen messen könnte. Zudem arbeitet das Gehör rund um die Uhr. Selbst im Schlaf ist es aktiv, um uns bei Gefahr warnen zu können.

Umso wichtiger ist es, auf die Lauscher Acht zu geben und keine Zeit zu verschwenden, wenn sich Schwerhörigkeit einstellt. Denn unser Hörzentrum im Gehirn braucht ausreichend Training, erklärt Doz. Arnoldner. „Fallen akustische Reize weg, wird das Gehirn weniger gefordert und verlernt schließlich, Hörsignale richtig zu verarbeiten." Lassen Betroffene also einige Jahre verstreichen, gibt es mit den Hörhilfen oft Probleme, warnt der Mediziner. „Je länger sich jemand an die Stille gewöhnt, desto schwieriger wird es, etwa Störreize wegzufiltern."

So landet ein Drittel der verordneten Hörgeräte im Nachtkästchen anstatt im Ohr. Häufig sind Betroffene auch zu ungeduldig. „Es kann bis zu sechs Monate dauern, bis jemand mit Hörgeräten richtig hört", weiß Rainer Roßbory, Hörgeräte-Akustiker bei der Firma Neuroth. Er rät zu einem vierstündigen Hörtraining.

„Das kostet bei uns zwölf Euro und bringt viel. Dort lernen die Kunden, sich in einer Umgebung mit lauten Nebengeräuschen zurechtzufinden sowie das Unterscheiden von ähnlichen Silben." Roßbory betont, dass die Hörhilfen täglich verwendet werden sollten. „Anfangs einige Stunden, aber nach und nach vom Aufstehen bis zum Schlafengehen. Damit sich das Gehirn wieder an die Geräuschkulisse gewöhnt."

Bei leichter bis mittelgradiger Schwerhörigkeit gibt es auch die Möglichkeit eines Mittelohrimplantates. Allerdings nur, wenn jemand unter wiederkehrenden Entzündungen leidet oder die Gehörknöchelchen selbst geschädigt sind.

Wesentlich häufiger ist aber das Innenohr schuld an der Schwerhörigkeit, weiß Doz. Arnoldner. „Entweder sind die feinen Haarsinneszellen, von denen es 15.000 in der nur erbsengroßen Hörschnecke (Cochlea) gibt, aufgrund von Lärm, wiederholten Hörstürzen, einer Meningitis oder Ähnlichem kaputt gegangen oder sie fehlen ganz wie bei gehörlos geborenen Kindern." Dann kann der Schall, der mechanisch vom äußeren Ohr über den Gehörgang weiter zum Trommelfell und von dort über die Gehörknöchelchen auf das Innenohr übertragen wird, nicht mehr von den Haarzellen in elektrische Signale übersetzt werden. Diese sind aber nötig, damit sie der Hörnerv weiter ans Gehirn leiten kann, wo das Hörbild entsteht.

Sind die Haarzellen kaputt oder nicht vorhanden, ist der Mensch taub. „Eines von tausend Kindern kommt gehörlos zur Welt. Ihnen kann ein Cochlea-Implantat helfen. Wenn sie es um das erste Lebensjahr bekommen, können sie hören und normal sprechen lernen", sagt der HNO-Arzt.

Später ist der Erfolg geringer. Jedes ungenützte Jahr erschwert dem Arzt zufolge das Erlernen der Sprache. Kinder und Erwachsene, die schon sprechen konnten, bevor sie taub wurden, können auch nach ein paar Jahren noch vom Cochlea-Implantat profitieren, weil sich ihr Denkorgan an die Höreindrücke erinnert.

Am AKH Wien befindet sich unser größtes Cochleaimplantat-Zentrum. Unter der Leitung von Prof. Dr. Wolfgang Gstöttner werden nicht nur Taube behandelt, sondern auch jene, die nur in den höheren Frequenzen nichts hören. „Mithilfe von besonders dünnen Elektroden und feinen Techniken gelingt es, das Implantat einzusetzen und gleichzeitig das Hörvermögen für die tiefen Töne zu erhalten."

Weltweit sind unsere Mediziner führend auf diesem Gebiet. *farm*

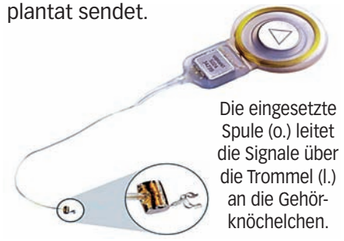
DOZ. DR. CHRISTOPH ARNOLDNER

Bei leichterer Schwerhörigkeit eignen sich Im-Ohr-Geräte, etwa Hörsystem Agil.

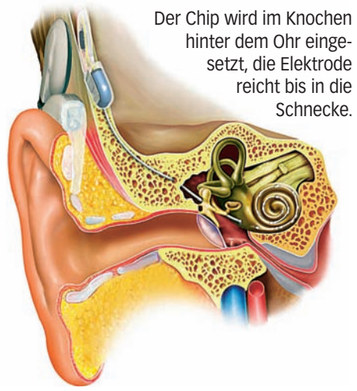
Bei schwereren Hörverlusten eignen sich Hinter-dem-Ohr-Geräte, wie Hörsystem Passion 440

Hörgeräte: Moderne, digitale Geräte gibt es in verschiedenen Ausführungen und Preisklassen (bis zu € 3.000,– pro Gerät). Die Kassen bezahlen Standardgeräte. Für eines werden € 792,–, für zwei € 1.425,– bezahlt. Den etwaigen Rest muss der Patient aufzahlen.

Mittelohrimplantat: für Schallleitungsstörungen oder bei Hörgeräteunverträglichkeit. Bei dem Eingriff wird eine kleine Trommel an die Gehörknöchelchen geklippt, um die Vibrationen zu verstärken. Sie ist über eine Elektrode mit einer Spule verbunden, die unter der Haut über dem Ohr implantiert wird. Außen befindet sich ein magnetischer Audioprozessor, der den Schall mit einem Mikrophon aufnimmt und ihn drahtlos durch die Haut zum Implantat sendet.

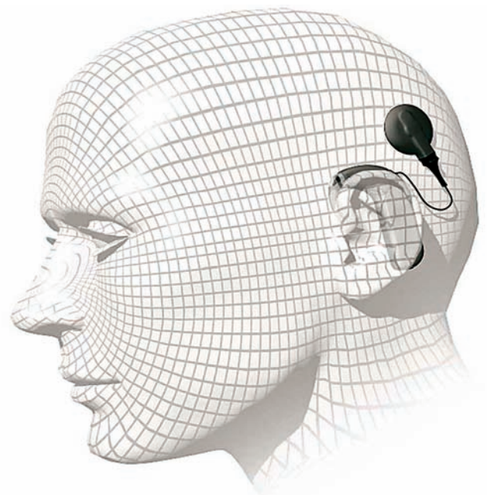


Die eingesetzte Spule (o.) leitet die Signale über die Trommel (l.) an die Gehörknöchelchen.



Der Chip wird im Knochen hinter dem Ohr eingesetzt, die Elektrode reicht bis in die Schnecke.

Cochlea-Implantat: geeignet für ertaubte Menschen, hochgradig Schwerhörige und gehörlos geborene Kinder. Ein außen am Ohr gelegenes Gerät, bestehend aus Mikrophon, Prozessor und Spule, schickt den Schall durch die Haut an den Chip, der das Signalmuster elektrisch umwandelt und an die Elektroden in der Schnecke weiterleitet. Von dort gelangen die Pulse zum Hörnerv und weiter zum Gehirn.



Fotos: Neuroth Ag(2), Med-El(3)

Visite bei den Promis

aufgezeichnet von Silke Farmer

Foto: zvg

Was tun Sie für Ihre Gesundheit?

Hauptsächlich schaue ich darauf, mich richtig zu ernähren. Entweder gehen mein Mann und ich gut essen oder wir kochen uns etwas aus frischen Zutaten. Fertiggerichte kommen mir nicht auf den Tisch. Ein schmackhafter Fisch mit Gemüse ist schnell zubereitet und schlägt jede Pizza um Längen. Zudem habe ich vor elf Jahren aufgehört zu rauchen – daran halte ich mich eisern.

Welche Ärzte besuchen Sie regelmäßig?

Jedes Jahr jetzt um diese Zeit lasse ich mich von Kopf bis Fuß ärztlich untersuchen. Ich gehe zum Gynäkologen, zur Mammografie, zum Zahnarzt, zum Augenarzt und lasse ein Blutbild erstellen.

Welche Medikamente haben Sie immer zuhause?

Antibiotika. Und auf Reisen nehme ich auch Mittel gegen Durchfall, Fieber und Schmerzen mit.

Vertrauen Sie auch auf Hausmittel?

Sicher. Wenn ich Halsweh habe oder meine Stimmbänder beleidigt sind, trinke ich beispielsweise Eibischtee.

Wie entspannen Sie sich?

Ich mache weder Yoga noch Tai Chi. Ich komme am besten zur Ruhe, wenn ich mit meinem Mann ein gutes Restaurant besuche und mich kulinarisch verwöhnen lasse. Dazu gibt es einen delikaten Wein und anregende Gespräche.

GROSSE MEDIZIN /1