



Liebe Leserinnen, lieber Leser,

haben Sie sich auch schon einmal in Gruppengesprächen überfordert gefühlt? Oder waren nach Meetings mit mehreren Personen im Büro abends richtig erschöpft? Das könnte daran gelegen haben, dass ihr Gehirn eine Höchstleistung in Sachen Hören abgeliefert hat. Wie Sie sich das Leben einfacher machen können, lesen Sie in unserer Titelgeschichte.

Gesprächen in Gruppen zu folgen, ist für Menschen mit unversorgter Hörminderung oft ungleich schwerer. Eine Lösung für dieses Problem bietet jetzt der Hörgerätehersteller Signia an. Das neue Augmented Experience hat auch schon Rennfahrer Walter Röhrl überzeugt, der im Porsche Erfolge feierte (Foto unten). Mehr lesen Sie dazu auf Seite 3.

Wussten Sie, dass es im Garten richtige Krachmacher gibt, die durchaus ihr Gehör schädigen können? Wer am lautesten im Garten ist und was Sie dagegen tun können, lesen Sie auf der letzten Seite. Ich wünsche Ihnen viel Spaß und Lese-Vergnügen mit dieser Ausgabe.



Entspannung dank guten Hörens

Wie man Höranstrengung mindern kann

Abends fühlte sich Manfred Müller regelmäßig ausgelaugt. Die Besprechungen mit mehreren Kollegen in einem Raum, die unterschiedlichen Geräusche im Großraumbüro, selbst das gemeinsame Essen mit den Kollegen in der Kantine strengten ihn an. Zunächst war er ratlos, was genau ihn so ermüden ließ. Die Fachleute kamen dem Problem schnell auf die Spur: Manfred Müllers Gehirn leistete tagtäglich einen immensen Kraftakt, weil es Geräusche in Wichtiges und Unwichtiges, in Sprache und Hintergrundgeräusche einordnen musste. Hinzu kam, dass Manfred Müller unter einer Hörminderung litt, was dem Gehirn zusätzlich Leistung abverlangte. Tagtäglich war es eine große Höranstrengung. Höranstrengung bezeichnet den kognitiven Aufwand, den das Gehirn leisten muss, um Schallsignale aufnehmen und verarbeiten zu können. Je lauter die Umgebung ist und umso mehr Schallquellen vorhanden sind, desto schwieriger ist es, Sprache zu verstehen. Jeder kennt eine solche Situation: Abends in einem voll besetzten Restaurant, in dem sich die Gäste unterhalten, Teller klappern und Bedienungen Bestellungen aufnehmen, kann es durchaus auch für „Normalhörende“

anstrengend sein, einem

Gespräch aufmerksam zu folgen. Für Menschen mit einer unversorgten Hörminderung ist es um ein Vielfaches ermüdender. Betroffene fühlen sich erschöpft und ausgelaugt. „Dabei ist es einfach, den betroffenen Personen zu helfen“, sagt Robert Schmitz. Der Akustiker ist Mitglied im Qualitätsverband Pro Akustik. Mit einem persönlich angepassten Hörgerät, kann man sofort die Lebensqualität steigern. Laut einer Studie von Prof. Briget Shield von der Brunel University London fühlen sich 62 Prozent der befragten Menschen mit einer unversorgten Hörminderung nach einem Arbeitstag sehr erschöpft. Unter den Arbeitnehmern, die mit Hörgeräten versorgt wurden, sind es 39 Prozent. Bei einer optimalen Versorgung durch ihren Pro Akustiker kann dieser Wert noch unterschritten werden. Als Manfred Müller seine ersten Hörgeräte bekam und die Eingewöhnungszeit vorüber war, fühlte er sich abends weitaus fitter und frischer. An seinem Job hatte sich nichts geändert, nur: Er konnte Gesprächen nun mühelos folgen. Die Höranstrengung war auf ein Minimum geschrumpft. Ihr Pro Akustiker ist Fachmann für die perfekte Einstellung von Hörgeräten. Wenden Sie sich gern vertrauensvoll an ihn.





Tipps für erholsame Tage

Sommer, Sonne, Strand und Sand – wer wünscht sich das nicht im Urlaub? Doch für Hörgeräte sind zumindest Sonne, Sand und Wasser nicht unbedingt zu empfehlen. Hörgeräte mögen weder feinen Sand, der die Zugänge zu den Mikrofonen verstopfen kann, noch mögen sie es, mit Sonnencreme in Berührung zu kommen. Hier ein paar Tipps für Hörgeräte-Träger, damit entspannten Ferien nichts entgegensteht.

Feuchtigkeit ist der natürliche Feind Ihrer Hörgeräte. Daher am besten die Hörgeräte vor dem Schwimmen herausnehmen. Einige der Hochleistungs-Minicomputer gelten zwar als wasserfest, doch sollten Hörgeräte-

teträger die Wasserfestigkeit lieber nicht ausprobieren.

Wer sein Hörgerät nicht ablegen kann oder will, der sollte entweder einen speziellen Spritzschutz oder auch ein Stirnband tragen, das die empfindlichen Geräte schützt. Es gibt zudem Clips, mit denen die Hörgeräte an Kleidungsstücken befestigt werden können, so dass sie nicht verloren gehen können.

Am besten verpackt man die Hörgeräte in eine wasserfeste Box oder ein passendes Etui. Der Ablageort sollte zudem möglichst kühl und schattig sein. Die empfindliche Technik im Inneren des Gehäuses mag Hitze nicht. Zudem entladen sich Batterien und

Akkus schneller, wenn sie heißen Temperaturen ausgesetzt sind. Auch im Auto, das sich aufheizen kann, sind Hörgeräte oftmals nicht gut untergebracht.

Auf dem Weg ins Hotel, Ferienhaus oder nach Hause sollten Hörgeräte nicht zusammen mit den feuchten Badesachen und Handtüchern verpackt werden. Auch von nassen oder klammen Sachen kann Feuchtigkeit ausgehen, die den Hörgeräten zusetzt.

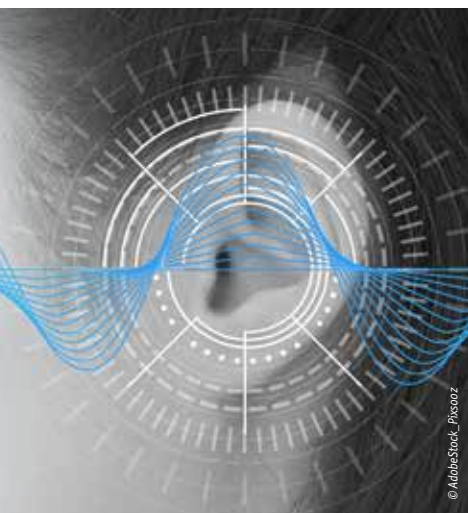
Ihr Pro Akustiker hält nicht nur Hygieneboxen für Hörgeräte vor, die ihre Minicomputer von Feuchtigkeit befreien; er gibt Ihnen auch gern Tipps, wie ihre Hörgeräte im Urlaub sicher aufgehoben sind.

Was ist eigentlich **Tinnitus**?

Der Begriff Tinnitus setzt sich aus zwei lateinischen Worten zusammen: „tinnire“, was so viel wie „klingeln“ heißt, und „auris“, dem Ohr. Es geht also um ein Klingeln im Ohr. Betroffene hören ein Geräusch, dem aber keine Schallquelle zuzuordnen ist. Die Ursachen für einen Tinnitus können vielfältig sein; eine davon ist Stress.

Helfen können in einem solchen Fall neben Entspannungstechniken auch Hörgeräte mit einem Masker oder Noiser. Diese Geräte erzeugen ein „weißes Rauschen“, das das Gehirn nur unbewusst wahrnimmt, aber das den Tinnitus entschärft.

Ihr Pro Akustiker berät Sie gern über die Möglichkeiten, den Tinnitus zu behandeln.





Ladestation
Pure Charge&Go AX
(oben) und das neue
Hörgerät Augmented
Experience von Signia.

Hören wie im Kino

Mehr erfahren, mehr erleben:
Mit dem neuen Augmented
Experience von Signia besonders
in Gruppen besser hören

Oft ist es schon für normalhörende Menschen nicht leicht, im Trubel einer Feierlichkeit oder Party ihre Gesprächspartner zu verstehen. Menschen mit einer Hörminderung fällt es umso schwerer. Ihr Gehirn muss viel mehr leisten, um Sprache und Umgebungsgeräusche voneinander trennen zu können. Je kontrastreicher das Gehörte ist, desto einfacher und besser versteht derjenige das Gesagte.

An diesem Punkt setzt der Hörgerätehersteller Signia an. Signia hat jetzt ein Gerät auf den Markt gebracht: Das Augmented Experience (frei übersetzt: erweiterte Erlebnisse) erhöht den Kontrast zwischen Sprache und Hintergrundgeräuschen. Es setzt auf zwei eigenständige Signalpfade.

„Mit der neuen 2-Wege-Signalverarbeitung – in jeweils 48 Kanälen – kommt die jeweilig beste Strategie kompromisslos zum Zug“, sagt Sascha Haag, Leitung Audiologie und Training bei Signia. Da die Signale beider Hörgeräte in Echtzeit abgemischt werden, entsteht ein Effekt wie im Kino: Während rund um die Helden eine Verfolgungsjagd im Gange ist, kann der Zuschauer trotzdem noch sehr gut verstehen, was die Personen sagen. „Die perfekte Abmischung sorgt für einen Effekt wie im Kino“, erklärt er.

Ihr Pro Akustiker stellt Ihnen gerne das neue Signia Augmented Experience vor.

Sound, der motiviert

Rennfahrer Walter Röhrl
trägt Hörgeräte von Signia

Er ist keiner, der sich ausbremsen lässt: „Ich möchte keinen Sound, der ordinär ist. Sondern einen, der Power widerspiegelt“, sagt Walter Röhrl, der neuer Markenbotschafter von Signia ist. Der erfolgreiche Rennfahrer, der zwei Rallye Weltmeister-Titel und viermal die Rallye Monte Carlo gewann, trägt selbst Hörgeräte von Signia mit der Augmented Experience-Technologie. Der 74-Jährige, der zu den brilliantesten Motorsportlern der Welt gehört, steht auf ausgefeilter Technik. Denn: „Sound ist etwas, was motiviert.“

Trotz seiner vielen Erfolge ist Walter Röhrl bodenständig geblieben. Er ist seit 1978 mit seiner Frau Monika verheiratet. Zum Glückhsein benötigt er nicht viel.

In einem Interview mit dem Magazin Speed Heads sagte er 2017: „Ich brauche keinen Hubschrauber, keine Yacht, kein Haus in Florida. Mir reichen mein Rennrad, eine Tour in den Bayerischen Wald und 10 Euro für eine Brotzeit zum Glückhsein.“



Walter Röhrl im Film erleben?

Einfach mit der Kamera
Ihres Smartphones
den QR-Code scannen.



Flugbild: Walter Röhrl
bei der Rallye San Remo 1981. (© Foto: Porsche)

Lärmmonster im Garten

Mit einem passenden Gehörschutz
langfristigen Schäden vorbeugen

Sie ist eher unauffällig. Dennoch ist sie das „Lärmmonster“ unter den Garten-geräten: die elektrische Heckenschere. Kommt sie zum Einsatz, wird es bis zu 104 Dezibel (dB) laut. Das entspricht in etwa einem Formel-1-Wagen. Lauter ist nur noch eine im Garten: die Motorsäge mit 110 dB.

Viele Hobbygärtner unterschätzen, wie viel Lärm die einzelnen Geräte machen. Gerade jetzt, in der Gartensaison, wenn der Rasenmäher im Dauereinsatz ist, lohnt es sich, in einen Gehörschutz zu investieren. Ob Heckenschere oder Häcksler, Vertikutierer oder Rasentrimmer – alle elektrischen Gartenhelfer sind so laut, dass das Gehör irreparablen Schaden erleiden kann. Sie sind alle lauter als 85 dB. Bei 95 dB liegt die Schmerzgrenze.



„Aus diesem Grund sollten auch Hobbygärtner über einen Gehörschutz nachdenken“, erklärt Akustiker Robert Schmitz, der dem Verband Pro Akustik angeschlossen ist. Die Hörspezialisten fertigen individuelle Ohrstücke, die nicht nur die empfindlichen Ohren schützen, sondern auch nicht rutschen oder drücken. Damit bieten sie Prophylaxe pur. Denn eins ist sicher: „Sind die Haarzellen im Inneren des Ohres einmal zerstört, wachsen sie nicht nach. Das Gehör ist irreparabel geschädigt.“ Hinzu kommt ein weiterer Aspekt: Lärm verursacht Stress. Stress macht krank. Wenn sich ein Mensch dauerhaft Lärm aussetzt, reagiert der Körper mit der Ausschüttung von Stresshormonen. Blutdruck und Herzfrequenz verändern sich. Herz-Kreislauferkrankungen sind die Folge.

Auch wer meint, gegen Stress gewappnet zu sein, liegt nicht unbedingt richtig. Da diese Veränderungen im Herz-Kreislaufsystem über das autonom gesteuerte Nervensystem ablaufen, hat der Mensch keinen Einfluss darauf. Er kann Stress nicht steuern. Sie passieren beispielsweise auch dann, wenn wir schlafen.

„Vor diesem Hintergrund ist ein Gehörschutz für Gartenarbeiten durchaus sinnvoll“, sagt Robert Schmitz. Der Pro Akustiker berät Sie gerne.

HÖRSTUDIO S

MITTENIMLEBEN

56075 **Koblenz**

Bahnhofplatz 7A (im MedecoCenter)

Telefon 0261 | 370 41

Montag - Freitag 09.00-18.00 Uhr

Samstag 10.00-13.00 Uhr

56073 **Koblenz**

Koblenzer Str. 236 (neben Seniorenresidenz Moseltal)

Telefon 0261 | 942 494 82

Montag - Freitag 09.00-18.00 Uhr

56564 **Neuwied**

Bahnhofstraße 16 (Ecke Museumstraße)

Telefon 02631 | 35 84 81

Montag - Freitag 09.00-13.00 Uhr

13.30-18.00 Uhr

Samstag

10.00-13.00 Uhr

www.hoerstudio-s.de

Mitglied im Qualitätsverband *pro akustik*[®]

Impressum

Herausgeber: Pro Akustik Hörakustiker GmbH & Co. KG Hannover

für: Hörstudio S e.K. Robert Schmitz
Bahnhofplatz 7a · 56075 Koblenz

Sudoku

			2		3	8	6	1
	2	6				5	3	
5	3			4				7
	6	5			4		8	
		4	3		6		5	
						4	7	
8	1		5			3		
	4	9					1	
		3		1		7		



Viel
**LÄRM IM
GARTEN**



Alle Angaben in Dezibel.