



Hörst du noch gut?

Wenn wir plötzlich schlechter hören, suchen wir umgehend ärztlichen Rat. Aber auch bei schleichendem Hörverlust sollte man handeln.

TEXT: JÜRG LENDEMANN

Ein Hörverlust kann plötzlich auftreten, sich aber auch über Jahre unbemerkt entwickeln. Zu den vier häufigsten Ursachen zählen Ohrenschmalzpfropfen, Entzündungen, Lärm und Alterung.

Ohrenschmalzpfropf

Im Gehörgang befinden sich Drüsen, die Ohrenschmalz produzieren. Das gelbliche Sekret wirkt antibakteriell, hält die Ohren feucht und trägt zur Selbstreinigung bei. Ist der Abfluss des Sekrets gestört oder die Produktion erhöht, kann sich ein Pfropf bilden. Etwa zehn Prozent der Kinder und über 50 Prozent der älteren Menschen entwickeln einen Ohrenschmalzpfropf. Bei Kontakt mit Wasser (Schwimmen, Duschen) kann der Pfropf aufquellen und den Gehörgang teilweise oder ganz verschließen: Geräusche werden dann nur noch gedämpft wahrgenommen.

Nach ärztlicher Abklärung, ob allenfalls andere Ursachen (Fremdkörper, Tumor) für die Schwerhörigkeit verantwortlich sind, wird der Pfropf mit einer Ohrspritze oder mechanisch entfernt. Der Bildung eines Ohrenschmalzpfropfens kann durch Einträufeln von lauwarmem Salzwasser oder speziellen Lösungen aus der Apotheke entgegengewirkt werden. Lassen Sie sich beraten.

Mittelohrentzündung

In der Paukenhöhle des Mittelohrs übertragen die drei Gehörknöchelchen (Hammer, Amboss, Steigbügel) die Schallwellen vom Trommelfell auf die Schnecke im Innenohr. Die Paukenhöhle wird durch die Ohrtrompete belüftet, die in den Nasenrachenraum mündet. Diese Verbindung öffnet sich nur beim Schlucken, Gähnen und Sprechen bestimmter Laute. Dann findet ein Druckausgleich statt, der uns ermöglicht, bei wechselndem Luftdruck normal zu hören.

Bei einer Erkältung können Viren und Bakterien aus dem Nasenrachenraum aufsteigen und eine Entzündung der Ohrtrompete und des Mittelohrs verursachen, was zu Schmerzen und Schwerhörigkeit führt. Da die Ohrtrompete bei Kindern kurz ist, erkranken etwa 60 Prozent aller Kinder in den ersten sechs Lebensjahren mindestens einmal an einer Mittelohrentzündung.

Lärm schädigt die Sinneshaarzellen

In der Gehörschnecke werden die Schallwellen auf 15 000 Haarzellen übertragen, die in einer Flüssigkeit liegen. Dort werden die Signale um den Faktor 20 verstärkt, in elektrische Impulse umgewandelt und an das Gehirn weitergeleitet. Extremer Lärm (150 Dezibel; Gewehrknall, Explosion) führt zu einem Hörverlust, eventuell mit Tinnitus; beides meist vorübergehend. Anhaltende Lärmbelastung (über 85 Dezibel, Hauptverkehrsstrasse) kann die Haarzellen dauerhaft schädigen. Der Hörverlust macht sich zuerst bei Frequenzen um 4000 Hertz bemerkbar, wo das menschliche Gehör am empfindlichsten ist.

Altersschwerhörigkeit: jeder Dritte betroffen

Mit zunehmendem Alter verschlechtert sich das Hörvermögen. Dabei spielen sowohl innere Faktoren wie Genetik, oxidativer Stress, Mangelversorgung als auch äussere Faktoren wie Lärm, Rauchen und Infektionen eine Rolle. Nach Angaben der medizinischen Experten des NDR wird durchschnittlich jeder dritte Mensch im Alter von 65 Jahren auf beiden Ohren schwerhörig. Weil die Sinneshaarzellen langsam verkümmern, werden vor allem hohe Frequenzen nicht mehr gehört und Wörter mit Zischlauten nicht mehr verstanden.



«Eine Schwerhörigkeit kann durch das Tragen eines Hörgeräts ausgeglichen werden, die Lebensqualität lässt sich damit wieder steigern», so die Experten. In der Schweiz trugen im Jahr 2022 nur 10,3 Prozent der 65- bis 74-jährigen Männer und 6,4 Prozent der gleichaltrigen Frauen ein Hörgerät (BFS, Schweizerische Gesundheitsbefragung).

«Das Verdrängen der eigenen Schwerhörigkeit kann weitreichende Folgen haben: Das Gehirn gewöhnt sich an das geringere Hörvermögen, dadurch wird der Hörverlust beschleunigt. Der Mangel an akustischen Reizen und sozialer Rückzug können zudem zu einem Abbau der intellektuellen Leistungsfähigkeit führen. Experten bezeichnen eine nicht versorgte Altersschwerhörigkeit sogar als einen der Hauptrisikofaktoren für Altersdemenz und Altersdepression.» <

JÜRGEN LENDENMANN ist promovierter Pflanzenbiologe. Nach Pharma-Praxisjahren schreibt er seit 2001 als Redaktor für Fach- und Publikumsmedien vorwiegend über Themen rund um die Gesundheit.

Quellenangaben

- doccheck.com,
- msdmanuals.com,
- ndr.de > altersschwerhoerigkeit,
- bsf.ch