

Schon gehört?

Der **GEERS** HNO-Newsletter.

Welttag des Hörens

Sensibilisieren und Stigmata abbauen

Unversorgter Hörverlust

Fakten und Folgen

Mehr Informationen für HNO-Ärztinnen: www.geers.de/hno

12. Ausgabe | März 2024



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Tinnitus, Schlafmangel sowie erhöhtes Demenz- und Depressionsrisiko – all das können Konsequenzen eines unerkannten oder unversorgten Hörverlusts sein.

Deshalb möchten wir rund um den Welttag des Hörens am 3. März mit Ihnen gemeinsam mehr Menschen für das Thema Hörverlust sensibilisieren und zu einer frühzeitigen Hörfürsorge aktivieren.

Artikel

Welttag des Hörens 2024

Der mittlerweile etablierte, unter anderem von der Weltgesundheitsorganisation WHO und dem Bundesverband für Hörsysteme-Industrie (BVHI) getragene Aktionstag findet auch dieses Jahr wieder am 3. März statt.^{1,2} Ziel ist die gesundheitliche Aufklärung der Bevölkerung. Dabei geht es nicht nur um gutes Hören, sondern vor allem um das Abbauen von Stigmata und Vorurteilen der Hörversorgung.

Unter dem Motto „Das Leben gehört gehört“ und der Schirmherrschaft von Bundesgesundheitsminister Dr. Karl Lauterbach starten auch in Deutschland wieder verschiedenste Organisationen Aktionen. Mehr Infos dazu finden Sie hier: www.welttag-des-hoerens.de

Das gesellschaftliche Bewusstsein zu schärfen und Betroffene für das Thema Hörverlust zu sensibilisieren ist weiterhin von elementarer Bedeutung. Nur wenn wir ein Umdenken in Bezug auf die Hörversorgung erreichen, den Zugang erleichtern und Menschen dazu bringen, sich frühzeitig um entsprechende Therapiemöglichkeiten zu kümmern, werden wir die Kosten von unbehandeltem Hörverlust mindern können.^{1,3}

Zahlen, Daten & Fakten:

Unversorgter Hörverlust und seine Konsequenzen

Unbehandelter Hörverlust verursacht weltweit jährlich Kosten von fast einer Milliarde US-Dollar³. Besonders besorgniserregend: Fast ein Drittel der Hörgeminderten, die eine ärztliche Empfehlung erhalten haben, ist noch nicht mit Hörsystemen versorgt⁴. Im Durchschnitt dauert es mehrere Jahre, bis eine Hörminderung erkannt wird und eine entsprechende Versorgung mit Hörgeräten erfolgt⁴. Insbesondere bei Menschen im Alter von 50 bis 60 Jahren, bei denen Altersschwerhörigkeit (Presbyakusis) häufig schleichend und unbemerkt auftritt, ist es bedenklich, dass ein Drittel von ihnen noch nie einen Hörtest gemacht hat.⁴

Denn wird ein Hörverlust nicht erkannt und versorgt, kann das ernsthafte gesundheitliche Konsequenzen haben. Symptome wie Stress, Tinnitus oder Schlafmangel sind oft die ersten Folgeerkrankungen, begleitet von psychischen Symptomen wie sinkendem Selbstwertgefühl und einem höheren Risiko für Depressionen. Auch das Risiko einer Altersdemenz steigt durch

Dazu haben wir in der aktuellen Ausgabe unseres HNO-Newsletters die wichtigsten Zahlen und Fakten für Sie zusammengefasst und geben Ihnen einen kurzen Überblick über den aktuellen Stand der Forschung.

Viel Spaß beim Lesen!

Ihr **GEERS** Team

Veranstaltungen

Virtuelles Symposium „Kognition und Hörverlust“

Sie sind herzlich eingeladen, an einem weiteren Symposium virtuell teilzunehmen! Alle Vorträge sind auf Englisch, werden aber natürlich auch in Deutsch untertitelt.

Gut zu wissen: Für dieses Symposium werden Fortbildungspunkte bei der Landesärztekammer Westfalen-Lippe beantragt.

Wann: 21.03.2024 von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr
Thema: Cognition 2.0: Brain and ears are equal partners

Hier finden Sie weitere Informationen und gelangen direkt zur Anmeldung: www.geers.de/hno

Verschaffen Sie sich einen Überblick, auf welchen Veranstaltungen wir noch vertreten sind: www.geers.de/hno



Zahlen, Daten & Fakten:

Hörversorgung in Deutschland

In Deutschland nutzen bereits 41 % der Menschen mit selbst wahrgenommener Hörminderung Hörgeräte. 74 % davon sind beidohrig (binaural) versorgt und dieser Anteil steigt seit vielen Jahren kontinuierlich⁴. Die durchschnittliche tägliche Tragedauer beträgt beeindruckende 8,9 Stunden, wobei fast ein Drittel der Befragten (28 %) ihre Hörgeräte sogar ganze 12 Stunden am Tag nutzen⁴.

Bemerkenswert: 59 % der Hörgeräteträger bedauern, sich nicht schon frühzeitiger um eine Versorgung ihres Hörverlustes gekümmert zu haben⁴. Dies verdeutlicht nochmals, wie wichtig die rechtzeitige Auseinandersetzung mit dem Thema Hörminderung ist.

Übrigens: Im direkten Vergleich zeigt sich, dass Menschen mit Hörgeräten abends geistig und körperlich weniger erschöpft sind als Unversorgte mit starker Hörminderung⁴. Auch ihre Schlafqualität kann sich erheblich verbessern. Der Grund: Ein Hörgerät ermöglicht Betroffenen einen entspannteren Alltag, indem es die Teilnahme an typischen Aktivitäten, insbesondere der Kommunikation, erleichtert. Erkenntnisse, die allesamt unterstreichen: Hörgeräte bedeuten für Menschen mit Hörminderung schlichtweg eines: mehr Lebensqualität.

Vorsorge verbessern:

Der Mini-Hörcheck ab 50

Trotz allem ist auch in Deutschland die Hörvorsorge immer noch nachweislich unzureichend. Wie also könnte ein Anstoß oder Anreiz aussehen, um noch mehr Menschen dazu zu bewegen, ihren Hörsinn zu pflegen und regelmäßig kontrollieren zu lassen? In diesem Zusammenhang fordern der Bundesverband der Hörsysteme-Industrie und der Deutsche Berufsverband der Hals-Nasen-Ohrenärzte (BVHNO), einen Mini-Hörcheck ab dem 50. Lebensjahr in den Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenkassen aufzunehmen¹. Das Wissenschaftliche Institut für angewandte HNO-Heilkunde (WIAHNO) hat hierfür einen kurzen Fragebogen entwickelt.

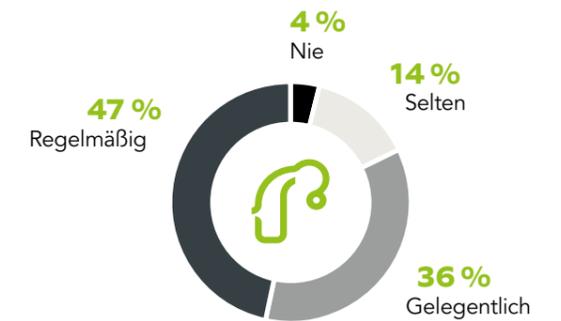
Dieser kann beispielsweise im Rahmen eines Besuchs beim Haus- oder Facharzt innerhalb weniger Minuten mithilfe des Assistenzpersonals beantwortet werden. Sollten die Antworten auffällig sein, erhalten Patienten eine Überweisung zu einem HNO-Facharzt für eine gründliche audiometrische Untersuchung. Diese einfache Maßnahme könnte einen bedeutenden Beitrag dazu leisten, die Früherkennung von Hörproblemen zu verbessern und Menschen rechtzeitig die notwendige Unterstützung zukommen zu lassen.

Ziel des Welttags des Hörens ist es, Menschen mit Hörverlust dafür zu sensibilisieren, sich frühzeitig um ihre Hörgesundheit zu kümmern, sowie gängige Vorurteile und Stigmata rund ums Thema Hörversorgung abzubauen.

EuroTrak:

Ein Großteil der Daten und Fakten entstammt der EuroTrak Germany Hörstudie 2022. EuroTrak ist eine umfassende internationale Vergleichsstudie zum Thema Hörverlust und Nutzung von Hörgeräten. Seit dem Jahr 2009 führt das Marktforschungsunternehmen Anovum aus Zürich im Auftrag der Europäischen Vereinigung der Hörsystemehersteller (www.ehima.com/) und des Bundesverbandes der Hörsysteme-Industrie e. V.

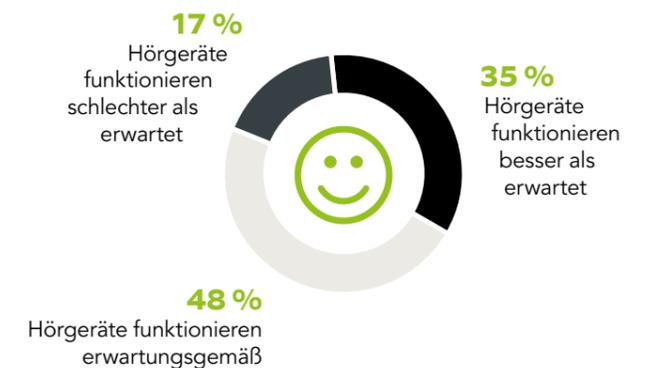
Wie häufig verbessern die Hörgeräte Ihre Lebensqualität?



Grafik der EuroTrak Studie 2022, veränderte Darstellung nach: www.xn--initiative-hrgesundheit-jlc.de/images/download/EuroTrak_Horstudie_Deutschland_2022_09_02.pdf

96 % der Hörgeräteträger berichten über eine höhere Lebensqualität⁴

Inwiefern wurden Ihre Erwartungen an Hörgeräte erfüllt?



Grafik der EuroTrak Studie 2022, veränderte Darstellung nach: www.xn--initiative-hrgesundheit-jlc.de/images/download/EuroTrak_Horstudie_Deutschland_2022_09_02.pdf

unversorgten Hörverlust⁵. Vor allem aber ist Hören für unversorgte Schwerhörige schlichtweg deutlich anstrengender, was sich in geistiger wie körperlicher Erschöpfung äußern kann.

Haben Sie schon einmal einen Hörtest gemacht?



Grafik der EuroTrak Studie 2022, veränderte Darstellung nach: www.xn--initiative-hrgesundheit-jlc.de/images/download/EuroTrak_Horstudie_Deutschland_2022_09_02.pdf

(www.bvhi.org/) Untersuchungen durch. Ziel ist es, die Verbreitung von Hörschäden zu erforschen und die Ergebnisse einer Therapie mit Hörsystemen zu evaluieren. Dabei unterstützt EuroTrak aktiv die Aufklärungsarbeit zu den zentralen Themen rund um Hörverlust, Hörvorsorge und Hörversorgung³.

Interessierte können die Ergebnisse der Umfragen der letzten Jahre und weitere Informationen von folgender Website beziehen: www.xn--initiative-hrgesundheit-jlc.de/eurotrak

Mythenbekämpfung: Hören und Hörverlust

Obwohl Millionen Menschen unter Hörverlust leiden, gibt es nach wie vor viele Mythen und Missverständnisse rund um das Thema Hörverlust. Dadurch wird das Verständnis für Hörverlust und seine Behandlung erschwert.

Es wird Zeit, einige dieser Mythen zu widerlegen!



Hörverlust ist immer eine Folge von Lärmbelastung.

Auch wenn Lärmbelastung eine häufige Ursache von Hörverlust ist, ist sie nicht die einzige. Andere Faktoren wie Alter, Vererbung, Infektionen, medikamentöse Behandlungen und Krankheiten können ebenso zu Hörverlust führen.

Menschen, die in lauten Umgebungen arbeiten, zum Beispiel Bauarbeiter oder Musiker, haben ein höheres Risiko, einen Hörverlust zu entwickeln. Maßgefertigte Gehörschutzlösungen können Hörverlust vorbeugen!⁶



Nur ältere Menschen sind von Hörverlust betroffen.

Auch wenn es stimmt, dass Hörverlust häufiger ältere Menschen betrifft, können Menschen aller Altersgruppen davon betroffen sein. Tatsächlich besteht gemäß der World Health Organization (WHO) bei 1,1 Milliarden jungen Menschen weltweit ein Risiko für Hörverlust infolge von Lärm, einschließlich Musik.¹



Durch Hörgeräte verschlechtert sich der Hörverlust.

Hörgeräte verbessern das Hören und helfen Menschen mit Hörverlust, besser zu kommunizieren. Sie tragen nicht zu einer Verschlechterung des Hörverlusts bei. Tatsächlich kann das Tragen von Hörgeräten die Kommunikation, Sozialisation und die allgemeine Lebensqualität von Menschen mit Hörverlust verbessern.

Was viele Menschen nicht wissen: Neue Hörgeräteträger können nicht sofort wieder alles hören, denn das Gehirn braucht Zeit, sich erneut ans Hören zu gewöhnen.



Wenn ich etwas höre, ist mein Gehör in Ordnung.

Hörverlust ist keine Frage von „alles oder nichts“. Ein frühes Stadium von Hörverlust ist daran erkennbar, dass Sprache gehört, aber nicht verstanden wird. Tatsächlich beginnt Hörverlust oft mit Schwierigkeiten, hochfrequente Sprachteile zu hören, zum Beispiel die Stimmen von Frauen und Kindern. Erst später entwickeln sich Probleme mit den tieffrequenten Tönen.



Hörverlust kann nicht behandelt werden.

Auch wenn Hörverlust nicht heilbar ist, gibt es viele Behandlungsoptionen, um gut mit Hörverlust leben zu können. Hörgeräte, Cochlea-Implantate, Zubehörgeräte, die das Hören in herausfordernden Umgebungen verbessern, und Kommunikationsstrategien können Menschen mit Hörverlust dabei helfen, ein erfülltes und aktives Leben zu leben.



Hörverlust bezieht sich nur auf die Fähigkeit, Geräusche zu hören.

Hörverlust bezieht sich auf mehr als nur die Fähigkeit, Geräusche zu hören. Hörverlust kann ebenso Einfluss auf die Spracherkennung haben, sodass es für den Betroffenen schwer ist, Worte zu verstehen und Gesprächen zu folgen. Zudem kann unbehandelter Hörverlust zu sozialer Isolation, Depression und kognitivem Abbau führen.



Es gibt noch viele weitere Mythen, die sich um Hörverlust ranken und Menschen davon abhalten, sich behandeln zu lassen oder mit Hörverlust zu beschäftigen, um ein allgemeines Wohlbefinden zu erreichen. Die enge Zusammenarbeit von HNO-Ärzten und Hörakustikern kann diese Mythen bekämpfen und die wichtige Bedeutung von Hörtests vermitteln.



Quellenangaben:

¹ <https://wettbewerb-des-hoerens.de/> ² DG World hearing day 2024 (who.int). ³ Global report on hearing. WHO. Bezogen von: World report on hearing (who.int) (5. Februar 2024). ⁴ EuroTrak Studie 2022. EHIMA. Bezogen von Surveys – Ehima (5. Februar 2024). ⁵ Besser, J., Stropahl, M., Urry, E., & Launer, S. (2018). Comorbidities of hearing loss and the implications of multimorbidity for audiological care. Hearing research, 369, 3-14. ⁶ Tikka C, Verbeek JH, Kateman E, Morata TC, Dreschler WA, Ferrite S. (2017). Interventions to prevent occupational noise-induced hearing loss. Cochrane Database of Systematic Reviews, Issue 7. Art. Nr.: CD006396. DOI: 10.1002/14651858.CD006396.pub4.

Information zur Datenverarbeitung:

Die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten basiert auf unserem berechtigten Interesse, Ihnen interessengerechte Einladungen, Informationsbroschüren sowie Newsletter zukommen lassen zu können. Verantwortlich für die Datenverarbeitung ist die Sonova Retail Deutschland GmbH, Otto-Hahn-Str. 35, 44227 Dortmund. Ihre Adresse haben wir bezogen von ArztData AG, Schloßstr. 2, 22041 Hamburg. Sie können der künftigen Nutzung Ihrer Adresse zu diesen Zwecken widersprechen. Weitere Informationen sowie Kontaktdaten des Datenschutzbeauftragten erhalten Sie unter <https://www.arztdata.de/datenschutz.htm>. Falls Sie von uns in Zukunft keine Werbung mehr bekommen möchten, können Sie der Zusendung telefonisch unter 0800 666 7777, schriftlich oder per Mail unter datenschutz@geers.de widersprechen. Dabei entstehen Ihnen keine anderen Kosten als die Übermittlungskosten nach den Basistarifen. Ihre Rechte als betroffene Person sowie unsere Datenschutzerklärung können Sie jederzeit unter <https://www.geers.de/datenschutz/> einsehen.