

Besser hören

Erfolge mit einem Hörwahrnehmungstraining

Der 70-jährige Hans W.* arbeitete als junger Mann auf dem Bau, unter anderem mit dem Presslufthammer. Einen Hörschutz zu tragen, gehörte damals nicht zur Arbeitsausrüstung, sondern galt sogar als Schwäche. So stellte sich bei Hans W.* mit Anfang 50 Schwerhörigkeit ein. Einige Zeit trug er Hörgeräte, doch seit einem Jahr macht er gute Erfahrungen mit einem sogenannten Hörwahrnehmungstraining. Ein Hörgerät benutzt er nicht mehr.

Wie würden Sie den Grad Ihrer Schwerhörigkeit einstufen?

Für meine Begriffe bin ich „etwas schwerhörig“. Andere meinen, es wäre schlimmer. Der Ohrenarzt sagte, ich hätte eine typische Lärmschwerhörigkeit. Er fragte, ob ich viel in der Disko war. Da antwortete ich: „Die kenne ich nur von außen. Aber ich habe im Lärm gearbeitet.“

Was waren Sie von Beruf?

Als junger Mann arbeitete ich eine Zeit lang auf dem Bau, unter anderem mit dem Presslufthammer. Damals hätte man es als ein Zeichen von Schwäche gedeutet, einen Hörschutz zu verlangen. An die Gefahr von Schwerhörigkeit dachte man überhaupt nicht.

Wann haben Sie zum ersten Mal bemerkt, dass Sie wohl schlecht hören?

Vor etwa 20 Jahren, da war ich 50 Jahre.

Was haben Sie daraufhin unternommen?

Gar nichts, besser aufgepasst.

Eingewöhnungszeit bei Hörgeräten

Und ein Hörgerät bekamen Sie damals nicht?

Vor 15 Jahren wurden mir Hörgeräte für beide Ohren verordnet. Ich entschied mich für sehr gute, teure Geräte.

Wie war Ihre Erfahrung damit?

Anfangs hörte ich alles nur lauter. Besser Verstehen konnte ich erst, nachdem ich mich an die Hörgeräte gewöhnt hatte.

Also Sie blieben bei den Hörgeräten?

Zuerst ja. Im Laufe der Jahre hatte ich jedoch den Eindruck, dass sie nicht mehr so gut funktionierten und wollte sie neu einstellen lassen. Der Hörgeräteakustiker meinte, diese Hörgeräte könne man nicht mehr einstellen, sie seien - vermutlich durch Schweiß-Einwirkung - nicht mehr richtig funktionsfähig. Dennoch trug ich die Geräte weiterhin. Eines wenige Monate, das zweite noch gut ein Jahr, bis sie endgültig nicht mehr funktionierten.

Und dann haben Sie sich neue Hörgeräte verschreiben lassen?

Nein. Seitdem beide Hörgeräte nicht mehr funktionierten, trage ich keines mehr. Ich konnte mich nie mit den Hörgeräten anfreunden, obwohl sie mir eine Hilfe bedeuteten.

Wie lange ist das her?

Ungefähr vier Jahre.

Erste Erfahrungen mit Hörwahrnehmungstraining**Also Sie tragen seit 2008 trotz Ihrer nicht unerheblichen Schwerhörigkeit kein Hörgerät mehr?**

Genau. Anfang 2011 las ich von diesem Audiva Hörwahrnehmungstraining und bestellte es erst einmal leihweise. Ich begann, genau nach Vorschrift mit Stufe 1 diese klassische Musik zu hören, und war dann im Laufe der Zeit bei Stufe 6. Zum Schluss hörte ich ein bis zwei Mal täglich eine halbe Stunde, gemäß der Empfehlung.

Haben Sie eine Veränderung bemerkt?

Ich hatte den Eindruck die Leute sprechen deutlicher. Das war für mich ein großes Erlebnis, denn bei den Leuten hatte sich sicher nichts verändert. Also musste es so sein, dass ich besser höre. Und dann kaufte ich das Gerät.

Und Sie haben seitdem regelmäßig trainiert?

Ich habe es regelmäßig angewendet und konnte bald mit weniger Anstrengung andere Menschen besser verstehen. Ich kann mir zwar nicht vorstellen, dass sich da im Ohr bei den Hör-Sinneszellen etwas geändert hat, aber ich erlebe dass ich Sprache besser verstehe.

Wie verhielt sich das vorher?

Seit ich keine Hörgeräte mehr trage, musste ich mich immer sehr anstrengen und konzentrieren, damit ich meine Gesprächspartner verstehen konnte. Aber seit ich täglich eine halbe Stunde das Hörwahrnehmungstraining mache, kann ich mit viel weniger Anstrengung Gesprächen folgen. Fast wie selbstverständlich verstehe ich die Leute besser.

„Ich verstehe die Leute besser.“

Aber nur, wenn Sie regelmäßig das Hörtraining machen?

Ja. Ich hatte mal die Hoffnung, dass der Erfolg auch ohne Training bleibt. Leider ist das nicht so. Ich muss wohl immer wieder das Hören trainieren mit diesem Gerät – trotzdem bin ich damit sehr zufrieden. Ich freue mich, dass es so etwas Segensreiches gibt und bin dankbar, dass ich das habe. Ich erlebe die Schwerhörigkeit nicht mehr als so belastend wie früher. Ich kann mich besser an Gesprächen beteiligen, das war früher nicht der Fall. Da bin ich ohne Hörgeräte oft nur hilflos da gesessen. Dieses Hörwahrnehmungstraining ist zwar kein Wundermittel, aber mir hilft es.

Herzlichen Dank für das Gespräch und weiterhin alles Gute!

*Name der Redaktion bekannt.

(Stand: März 2012)