**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich

**Band:** - (2006)

**Heft:** 1

**Artikel:** Dank Hilfsmitteln und Gehörtraining wieder dazugehören : den eintönigen Alltag überwinden

**Autor:** Schwizer, Viviane

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-819200

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 02.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

*Dank Hilfsmitteln und Gehörtraining wieder dazugehören*

# Den eintönigen Alltag überwinden

**Hörprobleme sind hierzulande weit verbreitet: In der Schweiz sind etwa 650'000 Menschen schwerhörig. Dazu kommen rund 8'000 Gehörlose und rund 3'000 Ertaubte. Für alle Betroffenen ist wichtig, die Hörbehinderung medizinisch genau abklären zu lassen und die vorhandenen Hilfsmittel, Kurse und Angebote zu nutzen.**

*Viviane Schwizer*

Es war vor sieben Jahren, als Maria Knupfer das Wort «Schöpflöffel» einfach nicht mehr verstand. Sie hörte etwas wie «Schetzlöffel» oder «Schätzleffel» und ärgerte sich. Schon seit geraumer Zeit hörte sie gewisse Wörter nicht mehr richtig, vermisste den Klang von Musik in seiner Fülle und verstand in Fortbildungskursen kaum mehr, was die Lehrerin sagte. «Dabei setzte ich mich doch jeweils in die vorderste Bank», erinnert sie sich.

Nun musste etwas geschehen. Die heute 71-Jährige suchte den HNO-Arzt auf, der die Schwerhörigkeit anhand eines Tests feststellte. Ein Hörapparat sollte Hilfe bringen. Die kaufmännische Angestellte erkundigte sich bei einem Hörgeräteakustiker, welche Geräte für sie in Frage kämen. Obwohl Maria Knupfer bald fündig wurde, habe es einiges gebraucht, sich an das neue Hilfsmittel zu gewöhnen, gibt sie offen zu. Schwerhörigkeit werde leider bis heute oft als Makel empfunden, so dass das leidige Thema – und damit auch der missliebige Apparat – lieber verdrängt würden. Sie verspricht sich nun, dank Hörtraining mit dem Apparat noch besser zu verstehen und mit den vielen Nebengeräuschen zurecht zu kommen.

## Schleichender Hörverlust

Maria Knupfers Erzählung ist typisch. Bei vielen Menschen nimmt das Hörvermögen zuerst fast unbemerkt ab. Zu Beginn wird meistens kaum wahrgenommen, dass das Gespräch nur noch unter erhöhter Konzentration funktioniert. Nachfragen werden häufiger. Schwerhörige müssen feststellen, dass die nötigen Rückfragen für die Gesprächspartner mühsam und lästig sind. Manchmal verabschieden sie sich innerlich von der Dialogbereitschaft und verstummen. Wer schlecht hört, läuft Gefahr zu vereinsamen. Als ob damit nicht schon genug Probleme vorhanden wären! Doch Lärm und Störgeräusche in der immer lauter werdenden Umwelt verringern die Verständlichkeit weiter.

Mit der Zeit kommt das beeinträchtigte Gehör ohne Hilfe mit den Schwierigkeiten nicht mehr zurecht. Audioagogin Agnes Isenschmid sagt dazu: «Die Verdrängphase der Betroffenen dauert manchmal lange: Sie tun, als ob sie verstanden hätten und geben den Mitmenschen die Schuld, dass sie undeutlich oder zu schnell sprechen würden. Sie sind heilfroh, wenn niemand sie auf ihre Probleme aufmerksam macht. Gerne geben sie sich den Anschein, als sei alles in bester Ordnung.» Mit diesem Verhalten entstünden jedoch viele Missverständnisse, Missstimmungen, Missmut und Misstrauen. Durch peinliche Situationen im Gespräch würden viele Hörbehinderte jedoch irgendwann dazu gezwungen, endlich zu ihren Hörproblemen zu stehen. Viele seien dankbar, wenn ihnen dann kompetent und einfühlsam bei Verständigungsschwierigkeiten geholfen werde.

Gründe für die Schwerhörigkeit (Hypakusis) gibt es viele: Nicht nur das Alter, sondern auch Geburtsgebrechen, Unfälle, Medikamente, Lärm, Krankheiten (Hörsturz, Tinnitus, Meunière etc.) lassen die Zahl der Personen mit Hörproblemen ständig wachsen. In der Schweiz sind etwa 650'000 Menschen schwerhörig. Dazu kommen rund 8'000 Gehörlose, das sind Menschen, welche die Hörfähigkeit vor dem Spracherwerb verloren. Etwa 3'000 Personen ertaubten nach Einwirkungen von aussen (Medikamente, Unfälle oder Ähnliches).

## Was ist Altersschwerhörigkeit?

Unter den Hörbeschwerden ist Altersschwerhörigkeit (Presbyakusis) am häufigsten. Altersschwerhörigkeit ist eine meist beidseitige Schwerhörigkeit, die vor allem vom 50. bis 60. Lebensjahr auftreten kann. Die Entstehung der Krankheit ist noch nicht eindeutig geklärt. Mit verantwortlich sind altersbedingte Herz-, Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen sowie lang wirksame Umwelteinflüsse (Lärm). Zuerst verschlechtert sich das Hören der hohen Frequenzen, so hört man beispielsweise das Zirpen der Grillen oder bestimmte Musiktöne nicht mehr. Das Sprachverständnis, besonders bei starken Hintergrundgeräuschen, nimmt ab.

Agnes Isenschmid leitet das Hör- und Verständigungstraining. Fotos: Viviane Schwizer

Die Behandlung einer Schwerhörigkeit hängt massgeblich von den Ursachen der Hörschädigung ab. Die Möglichkeiten reichen von operativen Massnahmen bis zur Anpassung eines Hörgerätes oder Verständigungstraining.

## Hörzentrum im Kopf trainieren

Wer sich trotz mangelndem Gehör Geselligkeit, geistige Aktivität und Lebensfreude erhalten möchte, muss der Schwerhörigkeit entgegenwirken. Dabei helfen moderne Hörgeräte. Manchmal wird aber deren Schallverstärkung zunächst nicht als Gewinn, sondern als Belastung empfunden. Darum verschwinden die Hörgeräte – leider – oft nach kurzer Zeit wieder in der Schublade. Der Grund dafür ist verständlich: Das Gehirn scheint den vielfältigen Schallreizen nicht mehr gewachsen zu sein. Zu lange haben sie gefehlt. Die plötzliche Geräuschfülle überfordert die dank Apparaten wieder besser hörenden Menschen nach der langen Stille. Wichtig ist, dass sich Schwerhörige eine Gewöhnungszeit mit den Geräten zugestehen. Es braucht Zeit, um die Geräusche wieder zu ertragen. Schliesslich müssen auch Sportler nach längeren Pausen wieder trainieren, um die alte Leistungsfähigkeit zu erreichen.

## Hör- und Verständigungstrainingskurse

Wichtig sind aber nicht nur wirksame Hörapparate. Helfen können auch Verständigungstrainingskurse, die von Kursleiterinnen (Audioagoginnen) in vielen Gemeinden (oft in Altersheimen, Kirchgemeindehäusern oder Seniorenzentren) regelmässig angeboten werden. Pro audito schweiz organisiert einwöchige Intensivkurse in Hotels und Seminarzentren in der ganzen Schweiz. Die Genossenschaft Fontana in Passugg bietet zudem ein breites Bildungsprogramm speziell für Menschen mit Hörbehinderungen an.

In der Thalwiler Alterssiedlung Oeggisbüel trainiert eine Gruppe zurzeit den gesamten Wahrnehmungsbereich, also das Ablesen, Hören, Kombinieren, Ergänzen und Reagieren. Meistens werden in einer Stunde gewisse Buchstaben geübt. Besonderen Spass haben Betroffene an Wortspielen und Übungen zum Gedächtnis: «Was kann man alles verdienen?», fragt Agnes Isenschmid die Gruppe. Gepaart mit Mimik und unterstützenden Gebärden flüstern die Schwerhörigen einander Lösungen zu: Man kann Lob, Strafe, Schlaf, Vertrauen oder den Preis verdienen. Wer richtig abliest, lächelt. Der Austausch und der kompetente Umgang mit den Hörproblemen stärkt das Selbstvertrauen der Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer. Besseres Kommunizieren erhöht eben die Lebensqualität enorm.

Regelmässig Kurse für Menschen mit Hörproblemen ermöglichen eine bessere Verständigung (ganz rechts: Audioagogin Agnes Isenschmid).

## Die moderne Technik nutzen

Dank der modernen Technik werden die Hilfsmittel für hörbehinderte Menschen je länger je besser. Je nach Diagnose, Persönlichkeit, Alter und Bedürfnissen kommen heute unter anderem folgende Geräte zum Einsatz:

Am häufigsten sind die «Hinter-dem-Ohr-Geräte» (HdO-Gerät). Sie sind leicht, klein, technisch auf hohem Niveau und eignen sich für alle Arten von Schwerhörigkeit. Im Einsatz sind aber auch Im-Ohr-Geräte, deren Bedienung aber vielen älteren Leuten Mühe macht. Wenn Versuche mit Hörgeräten erfolglos bleiben, gibt es, falls der Hörnerv noch intakt ist, Implantate, die direkt in die Ohrschnecke oder ins Mittelohr operiert werden.

Hilfreich sind auch Zusatzgeräte für Fernseher, Radio und Telefon. Über Hilfsmittel (Produkte, Anwendung, Preise) werden Betroffene in Geschäften für Hörgeräteakustik informiert.

### Tipps bei Hörproblemen:

- In Gesellschaft bewusst den «richtigen» Platz auswählen: besseres Ohr dem Partner, der Partnerin zuwenden
- Restaurant nach Akustik auswählen
- Auf gutes Licht achten, damit das Ablesen besser gelingt
- Blickkontakt mit Gesprächspartner/innen aufrechterhalten
- Schwerhörigkeit nicht tabuisieren, sondern offen ansprechen
- Darum bitten, dass das Gegenüber langsam und deutlich spricht
- Gestik und Mimik unterstützt die Verständigung
- Überflüssige Hintergrundgeräusche vermeiden (z. B. Radio abstellen)
- Auf Tageszeiten achten: Müdigkeit erschwert die Kommunikation
- Geduld mit sich und den andern
- Last but not least: Das Hörgerät gehört nicht in die Schublade, dort nützt es rein gar nichts!

### Weitere Informationen:

Hörgeräte-Akustiker-Geschäfte in der ganzen Schweiz
Für Verständigungstraining: Pro audito schweiz, Organisation für Menschen mit Hörproblemen, Feldeggstrasse 69, 8032 Zürich, Telelefon 044 363 12 00; Pro-audito-Vereine in der Region.