



Vorsätze 2019: weniger Stress, mehr Zeit für die Familie gutes Hören kann dabei eine wichtige Rolle spielen.

(Mynewsdesk) FGH, 2018 ? Die Klassiker der guten Vorsätze sind auch für 2019 wieder Stressvermeidung (62%) und mehr Zeit für Familie und Freunde (60%)*. Etwas mehr als die Hälfte der Befragten (54%) hält die Umsetzung ihrer Vorsätze mindestens vier Monate durch. Dabei könnte schon ein einfacher Hörtest bei einem Hörakustiker in manchen Fällen kurzfristig Stressursachen aufklären und die Grundlage für ein ausgeglichenes und kommunikatives Zusammenleben unter Verwandten und Bekannten legen. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass schon geringe Einschränkungen der Hörleistung die Anstrengung beim Sprachverständnis stark erhöhen können. Dadurch treten Stresssymptome wie Konzentrationsschwierigkeiten, vorzeitige Ermüdung und Antriebslosigkeit auf. Gleichzeitig leidet die Qualität der zwischenmenschlichen Kommunikation.

Anhaltspunkte für Hörminderungen gibt es im Alltag mehr als genug: Je lauter die Umgebungsgeräusche und je mehr durcheinander geredet wird, umso schwieriger wird es, den Unterhaltungen zu folgen. Diese Situationen sind auf die Dauer anstrengend, führen zu Missverständnissen und erzeugen Stress. Wenn in ruhiger Umgebung dann wieder die gewohnt normale Verständigung möglich ist, denkt kaum jemand daran, dass mit seinen Ohren etwas nicht stimmen könnte. Hörminderungen werden von den Betroffenen selbst anfangs nicht bemerkt oder verdrängt, weil sie sich ganz allmählich einstellen. Die damit verbundenen Gewöhnungseffekte verhindern, dass die Veränderungen auffallen. Man hört ja auch noch fast alles und nur punktuelle Defizite bei bestimmten Tonhöhen beeinträchtigen das Sprachverstehen und erhöhen den negativen Einfluss von Störgeräuschen.

Mancher Vorsatz kann sich daher mit einem Hörtest leichter umsetzen lassen oder gleich erledigen: Denn nicht selten sind Stresssymptome Anzeichen für unerkannte Hördefizite. Und dem Familienleben und der Lebensqualität kommen gutes Hören und Verstehen immer und grundsätzlich zugute. Und so einfach ist das: Mit dem klassischen Hörtest wird die persönliche Hörkurve ermittelt. Dazu werden über einen Kopfhörer zunächst dem einen und dann dem anderen Ohr langsam lauter werdende Töne in verschiedenen Höhen zugespielt. Wenn der Ton hörbar wird, gibt man dem Hörakustiker ein Zeichen oder drückt eine Taste. So lässt sich der Pegel messen, der nötig ist, um verschiedene Tonhöhen wahrzunehmen.

Die Ergebnisse werden mit den genormten Werten für das einwandfrei hörende Gehör verglichen und bewertet. An der Hörkurve (Audiogramm) kann der Akustiker die tatsächliche Hörleistung ablesen, den Hörstatus einschätzen und bei Abweichungen weitere, vertiefende Messungen, z.B. Sprachverständnis vornehmen.

Mögliche Defizite lassen sich dann mit modernen Hörsystemen effektiv und komfortabel kompensieren. Denn die Hörakustik ist heute so leistungsfähig wie nie zuvor. Die Zukunftsbranche profitiert von den rasanten Entwicklungen bei den elektronischen Medien und in der Audiologie und setzt diese für die Kunden ein. Das Ergebnis sind bestmögliche Hörergebnisse auch in schwierigen akustischen Situationen und zusätzlicher Nutzen durch die Vernetzung mit Smartphone-Apps. Gutes Hören bedeutet aber nicht allein besseres Verstehen. Es wirkt sich auf die gesamte Befindlichkeit aus und gibt im Umgang mit anderen Menschen Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein zurück. Ein unkompliziert und schnell umzusetzender Vorsatz für 2019 ist daher ein Hörtest bei einem Hörakustiker.

Als Hörexperten vor Ort stehen allen Interessierten die rund 1.500 Partnerakustiker der Fördergemeinschaft Gutes Hören zur Verfügung. Sie bieten das gesamte Leistungsspektrum vom kostenlosen Hörtest über Gehör- und Lärmschutz, In-Ear-Monitoring und Hörgeräteanpassung inklusive individueller Hörberatung. Zu erkennen sind die FGH Experten am Ohrbogen mit dem Punkt. Einen Fachbetrieb in der Nähe findet man unter www.fgh-info.de

* Bundesweite repräsentative Bevölkerungsumfrage durch Forsa im Auftrag der DAK, 3.529 Befragte, November 2018.

Verwendung und Nachdruck des Textes honorarfrei mit Quellennachweis: "FGH"

Diese Pressemitteilung wurde via Mynewsdesk versendet. Weitere Informationen finden Sie im Fördergemeinschaft Gutes Hören

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://shortpr.com/dwx6ee>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://www.themenportal.de/sozialpolitik/vorsaeetze-2019-weniger-stress-mehr-zeit-fuer-die-familie-gutes-hoeren-kann-dabei-eine-wichtige-rolle-spielen-52485>

Pressekontakt

Fördergemeinschaft Gutes Hören

Karsten Mohr
Königstraße 5
30175 Hannover

presse@fgh-info.de

Firmenkontakt

Fördergemeinschaft Gutes Hören

Karsten Mohr
Königstraße 5
30175 Hannover

shortpr.com/dwx6ee
presse@fgh-info.de

Bessere Kommunikation und mehr Lebensqualität durch moderne Hörakustik - die Fördergemeinschaft Gutes Hören informiert bundesweit und vermittelt Hörexperten

Deutschlandweit gehen Experten von rund 15 Millionen Menschen aus, die nicht mehr einwandfrei hören. Wer aktiv etwas dagegen unternimmt, kann ohne größere Einschränkungen am täglichen Leben, das von Hören und Verstehen geprägt ist, teilnehmen. Tatsächlich sind es aber nur rund 3 Millionen Menschen, die mit der modernen Hörakustik ihre Höreinschränkungen kompensieren.

Das sind viel zu wenig, sagen einstimmig die Fachleute aus Medizin und Hörakustik. Denn ein eingeschränktes Hörvermögen bleibt für die Betroffenen meistens nicht ohne Folgen. Die häufigen Missverständnisse führen zu Konflikten und schließlich zu Stress und Versagensängsten. Die Ursachen liegen in den meisten Fällen in schleichenden Verschleißerscheinungen des Innenohres. Diese lassen sich mittels moderner Hörakustik kompensieren.

Die Fördergemeinschaft Gutes Hören (FGH) betreibt deshalb im Rahmen gesundheitlicher Vorsorge bundesweit Aufklärungsarbeit über gutes Hören und organisiert zusammen mit ihren Partner-Akustikern Informations- und Hörtest-Aktionen. Die FGH versteht sich als Ratgeber für Menschen mit Hörminderungen und deren Angehörige sowie für alle Menschen, die an gutem Hören interessiert sind. Auch für Fachleute und Journalisten ist die FGH eine wichtige Anlaufstelle, wenn es um Informationen rund ums Hören und um die Hörakustik geht.

Freiwillige Mitglieder in der Fördergemeinschaft Gutes Hören sind deutschlandweit rund 1.500 Meisterbetriebe für Hörakustik. Das gemeinsame Ziel der FGH Partner ist es, Menschen mit Hörproblemen wieder zu gutem Hören zu verhelfen. Voraussetzung dafür ist die Stärkung des Hörbewusstseins in der Öffentlichkeit. Dazu zählt auch die Bedeutung guten Hörens für die individuelle Lebensqualität. Wer gut hört, kann aktiv und ohne Einschränkungen am gesellschaftlichen Leben teilnehmen. Hören bedeutet nicht nur besser verstehen, sondern auch besser leben.

Das große Hörportal <http://www.fgh-info.de> bietet einen umfassenden Überblick zum Thema. Dort können auch weiterführende Informationen bestellt und schnell ein FGH Partner in Wohnortnähe gefunden werden. So einzigartig wie das Hören des Einzelnen, so individuell ist auch die persönliche Beratung. Wer sich für gutes Hören und die moderne Hörsystemanpassung interessiert, sollte das Gespräch mit seinem FGH Partner suchen. Die Mitgliedsbetriebe der Fördergemeinschaft stehen für eine große Auswahl von Hörlösungen, faire und umfassende Beratung und höchste Qualität. Die Partnerbetriebe der Fördergemeinschaft Gutes Hören sind am gemeinsamen Zeichen, dem Ohr-Symbol zu erkennen.

Fördergemeinschaft Gutes Hören im Internet:
<http://www.fgh-info.de>

Anlage: Bild

