



## Wer gut hört, lebt aktiver, gesünder und zufriedener

*Internationale Studie Hören ist Leben von Hear the World bietet überraschende Einblicke in die einzigartige Bedeutung des Gehörs für Körper und Geist*

(ddp direct)Fellbach, Deutschland / Stäfa, Schweiz Was hat unser Gehör damit zu tun, wie wohl wir uns in unserer Haut fühlen und wie gesund wir sind? Oder wie häufig wir Sport treiben? Oder wie wir unseren Urlaub planen? Diesen und weiteren bislang wenig bekannten Aspekten rund um das Thema Hören ist Hear the World mit der Studie Hören ist Leben auf den Grund gegangen. Mit überraschenden Ergebnissen: Menschen mit Hörverlust, die mit einem Hörgerät versorgt sind, berichten von einem positiven Einfluss des Hörgeräts auf ihre Lebensqualität (78% der befragten Deutschen mit Hörgerät), ihre allgemeine Gesundheit (67%) und ihr Selbstwertgefühl (62%). Darüber hinaus haben die Befragten wieder mehr Spaß an Sport (40%) und Reisen (62%). Auch zeigt die Studie, dass die Neigung zu Depressionen bei Menschen mit einem unversorgten Hörverlust deutlich höher ist als bei Hörgeräteträgern oder normal hörenden Menschen.

Das menschliche Gehör ist ein faszinierendes Sinnesorgan, das für viele Facetten unseres Lebens eine zentrale Bedeutung hat. Es beeinflusst unser körperliches sowie seelisches Wohlbefinden und entscheidet mit darüber, wie aktiv wir unseren Alltag gestalten. Um mehr über die Bedeutung des Hörens für unsere Lebensqualität zu erfahren, hat Hear the World, die weltweite Initiative des führenden Hörgeräteherstellers Phonak, die Studie Hören ist Leben initiiert. Hierfür wurden von der Schweizer Marktforschungs- und Strategieberatung zehntner über 4.300 Menschen in Deutschland, Frankreich, der Schweiz, Großbritannien und den USA befragt. Dazu zählten Menschen mit einem Hörgerät, Menschen mit einem unversorgten Hörverlust, Angehörige von Menschen mit einem Hörverlust sowie neutrale Personen.

78 Prozent aller befragten deutschen Hörgeräteträger sind sich einig: Seit sie wieder besser hören, hat sich ihre Lebensqualität zum Positiven verändert. Die Gründe hierfür sind so vielfältig wie die Bedeutung des Gehörs für unsere Gesundheit.

Gutes Hören sorgt für Wohlbefinden und beugt Depressionen vor

In Deutschland stellen 64 Prozent der Befragten mit Hörgerät einen positiven Einfluss des Hörgeräts auf ihre allgemeine Gemütslage fest. 70 Prozent berichten von einer gesteigerten geistigen Fitness, die sich durch eine erhöhte Aufnahmefähigkeit und eine verbesserte Konzentrationsfähigkeit bemerkbar macht. 62 Prozent bestätigen einen positiven Einfluss des Hörgeräts auf ihr Selbstwertgefühl.

Wie wichtig das Gehör für unsere seelische Gesundheit ist, zeigt auch der internationale Vergleich zwischen Hörgeräteträgern und Menschen mit unversorgtem Hörverlust: Insgesamt fühlen sich diejenigen Befragten mit moderatem bis schwerem Hörverlust, die kein Hörgerät tragen, häufiger traurig oder deprimiert als Hörgerätebesitzer (22% ohne HG, 15% mit HG), sind öfter unsicher und besorgt (21% ohne HG, 13% mit HG) und leiden auch häufiger unter Schlafstörungen (31% ohne HG, 24% mit HG). Diese Symptome gelten in der Medizin als mögliche erste Indikatoren für depressive Verstimmungen. Prof. Dr. med. Martin Ohlmeier, Direktor der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Klinikum Kassel kommentiert die Ergebnisse so: Menschen mit Hörminderung fehlen wichtige Möglichkeiten, um mit anderen unkompliziert in Kontakt zu treten. Folge dieser Isolation können eine depressive Entwicklung und erhöhte Ängstlichkeit, aber auch zunehmendes Misstrauen gegenüber anderen sein. Während die Depressionsneigung bei Menschen mit einem unversorgten Hörverlust deutlich höher ist, sind die Unterschiede zwischen Menschen mit Hörgerät und normal hörenden Menschen nur marginal. Dies zeigt, dass ein Hörgerät einen wichtigen Beitrag zur Prävention von Depressionen leisten kann.

Hörgeräteträger sind sportlich aktiver und fühlen sich gesünder

Nicht nur unsere geistige, sondern auch die körperliche Gesundheit wird vom Gehör beeinflusst. So haben 40 Prozent der befragten deutschen Hörgeräteträger wieder mehr Spaß am Sport, seit sie ein Hörgerät tragen. Mit dem Spaß kommt offensichtlich auch die Ausdauer: 24 Prozent der Befragten berichten, dass sie wieder mehr Sport treiben, 51 Prozent sind mindestens einmal pro Woche sportlich aktiv. Die fast schon logische Konsequenz: 67 Prozent der befragten deutschen Hörgeräteträger sind der Meinung, dass ihr Hörgerät einen positiven Einfluss auf ihre allgemeine Gesundheit hat.

Gutes Hören macht mobil im Alltag und auf Reisen

Eine weitere Erkenntnis der Studie: Das Gehör hat einen deutlichen Einfluss darauf, wie mobil und aktiv wir unser Leben gestalten. So bestätigen 69 Prozent der deutschen Hörgeräteträger eine verbesserte Mobilität im Alltag. Kein Wunder, wenn man bedenkt, dass sich 73 Prozent der Befragten dank ihres Hörgeräts wieder besser im Straßenverkehr sowie in fremden Umgebungen (85%) zurechtfinden. Und auch auf die Freizeitgestaltung wirken sich Hörgeräte aus: 74 Prozent der befragten Hörgeräteträger haben wieder mehr Spaß an Theater- und Kinobesuchen, 70 Prozent gehen wieder gerne in Restaurants. Was im Alltag beginnt, setzt sich in der Fremde fort: 83 Prozent geben an, dass sie dank Hörgerät wieder genau so reisen können wie sie wollen. 62 Prozent der befragten Hörgeräteträger haben wieder generell mehr Spaß am Reisen.

Mehr Freude an Sport und Reisen, ein aktiveres und gesünderes Leben: Eine zentrale Erkenntnis der Studie Hören ist Leben ist der positive Einfluss guten Hörens auf unsere Lebensqualität. Wenn Sie mehr über die vielschichtige und faszinierende Bedeutung des Gehörs für den Menschen erfahren möchten, finden Sie die gesamte Studie online unter [www.hear-the-world.com](http://www.hear-the-world.com). Gerne können Sie über [info@hear-the-world.com](mailto:info@hear-the-world.com) auch ein kostenfreies Print-Exemplar der Studie bestellen.

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:  
<http://shortpr.com/3bsk9j>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:  
<http://www.themenportal.de/gesundheit/wer-gut-hoert-lebt-aktiver-gesuender-und-zufriedener-44293>

## Pressekontakt

BSKom GmbH

Herr Michael Berger  
Ickstattstr. a 11  
80469 München

berger@bskom.de

## **Firmenkontakt**

BSKom GmbH

Herr Michael Berger  
Ickstattstr. a 11  
80469 München

shortpr.com/3bsk9j  
berger@bskom.de

Hear the World ist eine weltweite Initiative vom führenden Hörgeräte-Hersteller Phonak, die das Bewusstsein für die Themen Hören und Hörverlust fördert. Die Initiative adressiert soziale und emotionale Konsequenzen von Hörverlust und informiert über Prävention und Lösungen für ein Problem, das 16% der Weltbevölkerung betrifft. Bryan Adams, Annie Lennox, Sting, Plácido Domingo und weitere renommierte Persönlichkeiten unterstützen Hear the World als Botschafter. Im Rahmen der Hear the World Initiative hat Phonak die gemeinnützige Hear the World Foundation gegründet, um die Lebensqualität von Personen mit Hörverlust durch finanzielle Mittel und die Bereitstellung von Hörsystemen zu verbessern. Die Stiftung engagiert sich sowohl in der Prävention als auch in der Unterstützung der von Hörminderung Betroffenen und deren Familien.

Weitere Information finden Sie auf [www.hear-the-world.com](http://www.hear-the-world.com). Folgen Sie Hear the World auch auf [http://twitter.com/Hear\\_The\\_World](http://twitter.com/Hear_The_World) und werden Sie Fan auf <http://www.facebook.com/CanYouHearTheWorld>.