

Presseinformation

Kopfhörer: die verkannte Gefahr

HNO-Ärzte warnen vor Dauerbeschallung und zu viel Dezibel

Duisburg, April 2012. Mit den ersten Sonnenstrahlen steigt bei vielen die Lust, draußen aktiv zu werden. Ob Fahrrad fahren an der frischen Luft, morgendliches Joggen oder baden am See – MP3-Player oder Musik-Handys samt Kopfhörer und Lieblingsband gehören immer häufiger dazu. Doch die meisten unterschätzen die Auswirkungen der Beschallung auf ihre Hörfähigkeit. Entgegen aller Annahmen spielt dabei nicht nur die Lautstärke, sondern auch die Dauer eine Rolle für eventuelle Schäden am Gehör. Darauf weisen jetzt Fachärzte des HNOnet NRW, einem Zusammenschluss niedergelassener HNO-Ärzte aus Nordrhein-Westfalen, hin.

„Setzen Musikkonsumenten ihre Ohren längere Zeit hohen Schallpegeln aus, kommt es zu einer Unterversorgung der Haarzellen im Innenohr mit Nährstoffen und damit zu einer vorübergehenden Schwerhörigkeit“, erklärt Dr. Uso Walter, Vorstandsvorsitzender des HNOnet NRW. Normalerweise erholen sich die Zellen wieder und hören Betroffene spätestens am nächsten Morgen wieder ganz normal. Beschallen sie ihre Ohren aber dauerhaft und gönnen ihnen keine Ruhepause, sterben die Haarzellen und sind unrettbar verloren. „Dies äußert sich allerdings meist nicht gleich in einem merklichen Hörproblem, sondern lässt sich nur mit speziellen Tests messen“, betont Dr. Walter. Gerade viele Jugendliche hören jedoch nicht nur ständig Beats & Co. über Kopfhörer, sondern gehen zusätzlich in Discos und Kneipen, auf Konzerte oder lassen den ganzen Tag nebenbei Radio laufen. Das summiert sich. Dazu kommt, dass so mancher den Pegel immer auf Anschlag dreht und vernünftige Werte bei Weitem übersteigt. 80 Dezibel übersteigen die Sinneszellen ohne Schäden bis zu acht Stunden am Tag. Bei 88 dB sind es nur noch vier Stunden. Bei 94 dB – das entspricht einem normal

Pressekontakt

komm | public!
Romy Robst
Große Düwelstraße 28
30171 Hannover
robst@komm-public.de
fon: 0511-89 88 10 - 11
fax: 0511-89 88 10 - 10

Direktkontakt

HNOnet NRW eG
Dr. Uso Walter
Mülheimer Straße 70
47057 Duisburg
mail@hnonet-nrw.de
fon: 0221-13 98 36 - 69
fax: 0221- 13 98 36 - 65

eingestellten MP3-Player – setzt die Schädigung bereits nach einer Stunde ein. Einem Lärmpegel von 105 dB halten die Hörzellen nur knapp fünf Minuten ohne Verluste stand. Ein Wert, den laut eingestellte Geräte locker erreichen. „Spätestens, wenn ein Summen auftritt oder das Gefühl von Watte im Ohr entsteht, müssen die Stöpsel raus“, rät Dr. Walter. „Diese Symptome stellen ein Warnsignal dar und weisen darauf hin, dass die Haarzellen leiden.“

Grundsätzlich gilt: auch Ohren brauchen Ruhepausen. Wer seinen Hörsinneszellen zwischendurch immer wieder Gelegenheit gibt, ihr Stoffwechselgleichgewicht wieder herzustellen und es auch in punkto Lautstärke nicht dauerhaft übertreibt, braucht keine bleibenden Schäden befürchten. Wenn es jedoch trotz aller Vorsicht zu einem anhaltenden Piepen oder Taubheitsgefühlen kommt, unbedingt einen HNO-Arzt aufsuchen. Solche Symptome deuten auf einen Hörsturz hin, bei dem HNO-Ärzte durchblutungsfördernde Maßnahmen einleiten und so unangenehme Folgeschäden wie Tinnitus oder dauerhaften Hörverlust verhindern müssen. Nähere Informationen unter www.hnonet-nrw.de