

Silvester-Lärm

Knalltrauma und Hörverlust vorbeugen

Mainz, 09.12.2024. Das neue Jahr zu Silvester mit Feuerwerk und Knallerei zu begrüßen, hat bei vielen Menschen Tradition. Beim Böllern meinen sogar manche: je lauter, desto besser. Doch es gilt, Vorsicht walten zu lassen, nicht nur wegen der Gefahr von Verbrennungen oder abgerissenen Gliedmaßen. Auch das Gehör kann durch Feuerwerk irreversibel geschädigt werden. Eberhard Schmidt, Präsident der Bundesinnung der Hörakustiker (biha), sagt: „Explodiert ein Feuerwerkskörper nah am ungeschützten Ohr, ist das Risiko für ein Knalltrauma und bleibenden Hörverlust besonders hoch.“

Bereits bei einer anhaltenden Lärmeinwirkung ab etwa 85 Dezibel (dB) kann das Gehör unumkehrbaren Schaden nehmen, auch wenn einige Menschen erst Lautstärken von über 125 Dezibel als persönliche Schmerzgrenze empfinden. Das gilt insbesondere bei plötzlichen Geräuschen mit einem hohen Schalldruckpegel, wie einem lauten Knall oder Schuss. Damit die Silvesterknallerei zum Jahreswechsel nicht zu einer bleibenden Hörbeeinträchtigung führt, hat der Hörakustiker-Meister einfache Tipps.

Tipp 1: Gehörschutz in die Ohren

Schmidt empfiehlt: „Wer sein Gehör bestmöglich vor Langzeitschäden schützen will, sollte immer Gehörschutz tragen, wenn es laut wird. Das gilt nicht nur, aber besonders zu Silvester.“

Tipp 2: Zur passenden Gehörschutzlösung beraten lassen

Gehörschutz sei unbequem, unhandlich und hinderlich für Party-Gespräche? Solche Ausreden lässt der Experte nicht gelten und widerspricht: „Neben einfachen Einweg-Ohrstöpseln gibt es auch individuell maßgefertigten Gehörschutz vom Hörakustiker. Dieser ist klein, sitzt perfekt und kaum spürbar im Gehörgang und lässt sich jahrelang wiederverwenden. Darin können zudem Filter eingesetzt werden, die schädlichen Lärm abschirmen, aber Stimmen verständlich durchlassen.“ So erhält nur der Krach, aber nicht die Party-Stimmung einen Dämpfer. Individueller Gehörschutz könne darum nicht nur für Silvester eine sinnvolle Investition in die eigene Hörgesundheit sein, sondern auch für Musikfestivals oder Diskobesuche, so Schmidt. Er rät, sich in einem der mehr als 7.400 Hörakustiker-Fachbetriebe in Deutschland zu unterschiedlichen Lösungen beraten zu lassen.



Tipp 3: Kinderohren vor Lärm schützen

Als Pädakustiker ist Hörakustiker-Meister Eberhard Schmidt zusätzlich auf das empfindliche Kindergehör spezialisiert. „Ein lauter Knall nah am Ohr reicht, um das Gehör lebenslang zu schädigen. Um bei Kindern einem frühen lärmbedingten Hörverlust bestmöglich vorzubeugen, sollten sie keinen großen Lautstärken ohne Gehörschutz ausgesetzt werden. Das gilt für einen Stadionbesuch ebenso wie fürs Silvesterfeuerwerk“, sagt Schmidt. Für Kinder eigne sich beispielsweise auch Kapselgehörschutz, sogenannte „Micky-Mäuse“, der für Kinder einfach zu handhaben ist.

Tipp 4: Abstand von der Lärmquelle halten

Je näher am Ohr Explosionsgeräusche stattfinden, desto größer ist das Risiko für eine Hörschädigung. Darum rät der Präsident der Bundesinnung der Hörakustiker: „Unbedingt Abstand zu Lärmquellen halten, je mehr, desto besser. Mit zunehmender Entfernung zwischen einem Explosionsknall und dem Gehör sinkt der Schalldruckpegel und damit die Gefahr fürs Gehör, Schaden zu nehmen.“

Tipp 5: Gehör professionell überprüfen lassen

Ein watteartiges, dumpfes Gefühl, ein Rauschen, Piepen oder Dröhnen in den Ohren können Anzeichen für ein Knalltrauma, einen Hörsturz oder Tinnitus sein. Halten solche Symptome an oder verschlimmern sie sich, sollten sie ärztlich schnellstmöglich abgeklärt werden. Aber selbst, wenn sie schnell wieder abklingen und man vermeintlich wieder normal hört, empfiehlt Schmidt, das Gehör in regelmäßigen Abständen überprüfen zu lassen. „Ein professioneller Hörtest beim Hörakustiker oder HNO-Arzt gehört zur Gesundheitsvorsorge. Er gibt Gewissheit, ob bereits eine Hörschädigung vorliegt oder droht. Dadurch erhält man die Chance, einen Hörverlust frühzeitig zu versorgen und mit modernen digitalen Hörsystemen auszugleichen. So lässt sich Lebensqualität bewahren“, sagt der Hörakustik-Meister.

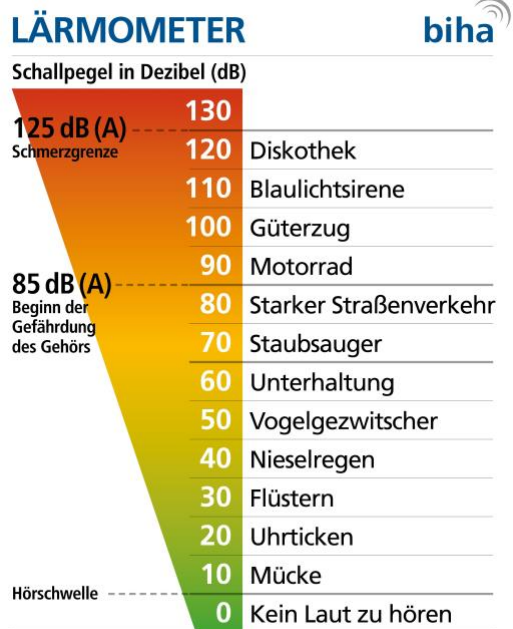
Hörakustiker und Hörakustikerinnen in Wohnortnähe findet man unter:

<https://www.hoerakustiker-suche.de/>

Video: Wie hört sich eine beginnende Schwerhörigkeit an?

<https://youtu.be/tw8iXCi9adY?t=5>





Grafik: Was ist wie laut? Ab welcher Lautstärke ist das Gehör gefährdet? Das Lärmometer hilft bei der Einordnung von Geräuschen.

Bildquelle: Bundesinnung der Hörakustiker (biha)

