

Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf morgen

Guter Vorsatz für 2019: Besser hören

- An Silvester gibt's was auf die Ohren
- Schnelle Ermüdung ist ein Anzeichen für Hörminderung
- Mit terzo-Gehörtherapie Hörstress in den Griff bekommen

Sonneberg, 08. Januar 2019 - Der Weihnachtstrubel ist vorbei und auch an Silvester ging es hoch her: lautes Gelächter, Musik, Menschen, die sich unterhalten, und um Mitternacht knallen nicht nur die Sektkorken, sondern auch unzählig viele Böller und Raketen. Schön anzusehen, aber für unsere Ohren ist das eine große Belastung, die sehr unterschiedlich wahrgenommen wird. Während der eine solche Geräuschpegel gut verkraftet, ist der andere davon schnell erschöpft und benötigt Ruhe - er leidet unter Hörstress. Insbesondere Menschen mit einer Hörminderung, deren Hörfilter nicht mehr korrekt arbeiten, sind davon betroffen. Deshalb sollten Menschen, die in größerer Runde schnell müde werden, in Betracht ziehen, dass möglicherweise ein schlechtes Gehör die Ursache für ihre Erschöpfung ist. Gerade jetzt zu Beginn des neuen Jahres bietet es sich an, die guten Vorsätze für 2019 direkt in die Tat umzusetzen und bei einem HNO-Arzt oder Hörakustiker einen Hörtest durchzuführen.

„Selten sind die lauten Töne und das alljährliche Chaos um uns herum das, was wir vermissen - es sind die netten Gespräche mit der Familie und Freunden, die auch den diesjährigen Rutsch ins neue Jahr so besonders gemacht haben“, ist sich Dr. rer. nat. Juliane Dettling-Papargyris, Leiterin des terzo-Instituts für angewandte Gehörforschung sicher. „Aber mal Hand aufs Herz: Wie vielen dieser Gespräche kann tatsächlich ohne Anstrengung gefolgt werden? Viele ziehen sich lieber zurück, wenn sie nicht alles verstehen, weil es ihnen unangenehm ist. Das muss nicht sein.“

Nicht auf die lange Bank schieben

Der Besuch beim HNO-Arzt oder Hörakustiker sollte nicht lange aufgeschoben werden. Noch besser ist es, einmal im Jahr einen Hörtest zur Vorbeugung durchführen zu lassen. Denn ein frühzeitiges Erkennen von Hörproblemen ermöglicht rechtzeitiges Handeln, und Hörstress kann durch ein geeignetes Gehörtraining reduziert werden. Je früher eine Hörminderung behandelt wird, umso besser stehen die Chancen, den entstandenen Schaden

mit einer geeigneten Gehörtherapie und Hörsystemen erfolgreich zu behandeln. Denn im Falle einer Hörminderung, nimmt die Sensibilität der Hörfilter im Ohr ab. Dadurch lassen sich Geräusche differenzieren und Menschen können sich auf bestimmte Geräusche fokussieren sowie unwichtige ausblenden. Sind die natürlichen Hörfilter eingeschränkt, wirken Hintergrundgeräusche lauter und das eigentlich Wichtige ist kaum mehr auszumachen. Mit der terzo-Gehörtherapie werden die Hörfilter durch gezieltes Training wieder gestärkt. In Verbindung mit Hörgeräten gelingt es dem Gehör, Umgebungsgeräusche besser zu priorisieren, wodurch Betroffene wieder besser hören.

Im Laufe des Jahres 2019 bietet terzo das Gehörtraining auch mit einer App-Lösung an, die den Umgang mit den Trainingseinheiten erleichtert.

Weitere Informationen zur terzo-Gehörtherapie finden Sie unter <https://www.terzo-zentrum.de/>

Über terzo:

„Übung macht den Meister“ – nach dieser Devise lässt sich nicht nur ein Instrument erlernen, sondern auch das Gehör trainieren. Die systematische terzo® Gehörtherapie bietet die Möglichkeit, die Hörfähigkeit Betroffener durch die Kombination aus Gehörtraining und Hörgeräten zu optimieren. Erstmals angewandt im Jahr 2006, haben mittlerweile über 30.000 Menschen die terzo® Gehörtherapie genutzt. Sie können sich in einem der deutschlandweit vertretenen terzo-Zentren beraten und für ihre Behandlung aus einem Angebot herstellerübergreifender Hörgeräte aller Leistungsklassen wählen.

Ansprechpartner:

terzo-Institut
Sandra Sieboldt
Bernhardstr. 19
96515 Sonneberg
marketing@terzo-institut.de

Fink & Fuchs AG
Fiona Fuchs
Berliner Straße 164
65205 Wiesbaden
terzo@finkfuchs.de