

WIE EIN PRESSLUFTHAMMER

HNO-Medizin: Wie viel Lärm verträgt das Ohr?

Lärm kann das Gehör dauerhaft schädigen. Dabei handelt es sich um einen mechanischen Effekt. „Die Schallwellen setzen die Flüssigkeit im Innenohr in Bewegung“, erklärt Dr. Michael Deeg, Pressesprecher vom Deutschen Berufsverband der Hals-Nasen-Ohrenärzte. „Welle über Welle schwappt dabei über die feinen Sinneszellen im Innenohr

hinweg und belastet diese.“ Zwar können sich die Sinneszellen bis zu einem gewissen Grad wieder erholen, ist die einwirkende Kraft allerdings zu stark, gehen sie unwiederbringlich kaputt. „Das muss man sich vorstellen wie bei einem Kornfeld nach einem starken Gewitter“, veranschaulicht Deeg mit einem Vergleich. „Sind Sturm und Regen vorbei,

richten sich einige Halme wieder auf, andere bleiben liegen.“

„Ob ein Geräusch für unser Ohr schädlich ist, hängt zum einen von der Lautstärke, aber auch von der Dauer der Schalleinwirkung ab“, weiß der HNO-Experte. Wie hoch der Schallpegel ist, der auf unser Ohr einwirkt, wird in der Maßeinheit Dezibel (dB) gemessen. Eine Zunahme von zehn Dezibel bedeutet eine Verdoppelung der Lautstärke. „Ein Gespräch aus einem Meter Entfernung hat zum Beispiel etwa 65 dB“, erklärt Deeg, „ein in zehn Metern vorbeifahrender Lkw kommt bereits mit rund 80 dB im Ohr an, ein Presslufthammer mit 100 dB und ein Martinshorn mit 110 dB. Kopfhörer erreichen nicht selten 80 bis 100 dB.“

Dem Ohr ist dabei egal, ob wir das Geräusch als störend oder angenehm empfinden. „Bei einer Dauereinwirkung von 85 dB besteht die Gefahr, einen nachhaltigen Hörschaden zu erleiden“,

erklärt Michael Deeg. „Ab dieser Lautstärke müssen bestimmte Berufsgruppen einen Schallschutz tragen.“

Aber auch in der Freizeit, bei Konzerten, Clubbesuchen, Partys oder über Kopfhörer, werden oft ebenso hohe oder noch viel höhere Schallpegel erreicht. „Hier sollte man die Ohren möglichst mit einem professionellen Hörschutz versehen“, rät Deeg. „Dieser bewirkt eine lineare Dämpfung über rund 15 dB, ohne dass die Hörqualität verloren geht.“

STILLE KANN HEILSAM SEIN

Wichtig ist auch, den Ohren immer wieder Pausen von großer Lautstärke zu gönnen. „Pfeifgeräusche und dumpfes Hören verschwinden dann oft wieder.“ Wer genau wissen will, wie hoch die aktuelle Lärmbelastung in der eigenen Umgebung ist, der sollte sich die Lärm-App vom Deutschen Berufsverband der Hals-Nasen-Ohrenärzte herunterladen. Sie ist kostenlos in den App-Stores von Apple und Google verfügbar. *Anja Lang*

Nicht erst, wenn wir etwas als unangenehm laut empfinden, kann es zu dauerhaften Hörschäden kommen. Foto: Fotolia



JETZT KOSTENLOSEN HÖRTEST MACHEN!

WIR HABEN DAS PASSENDE HÖRSYSTEM FÜR JEDE HÖRSITUATION.

Lassen Sie sich beraten zu Ihrer aktuellen Hörsituation in einem unserer Fachgeschäfte in Ihrer Nähe:

Stuttgart · Lange Straße 4a · Tel. 0711 666606
Bad Cannstatt · Brunnenstraße 1 · 0711 5594570
Sillenbuch · Kirchheimer Straße 61 · Tel. 0711 47059604

www.lindacher.de

LINDACHER
akustik



GUT LEBEN AUF GESUNDEN BEINEN

Krampfadem können auf eine ernsthafte Erkrankung des Venensystemes hinweisen. Detaillierte Informationen über die schonende Behandlung erhalten Sie kostenfrei unter: 0800-868700 oder endoovenous.de@medtronic.com.

www.bit.ly/krampfadem

Medtronic
Further Together