
Lassen Sie Ihr Gehör wieder aufleben



PHONAK

life is on

Willkommen zurück...

Ihr neues Leben mit Hörsystemen

Nun, da Sie den ersten Schritt gemacht haben, um Ihr Gehör wieder aufleben zu lassen, werden Sie merken, dass Feinanpassungen notwendig sind. Machen Sie sich keine Sorgen: mit ein paar neuen Strategien werden Sie die Welt der Klänge bald ohne Einschränkungen genießen können. Lesen Sie weiter und erfahren Sie wie.





Training leicht gemacht

Um die Vorteile Ihrer Hörsysteme optimal nutzen zu können, ist eine gewisse Trainingszeit erforderlich. Jeder Schritt bringt Sie Ihrem Ziel – wieder gut hören zu können – etwas näher. Das bessere Verstehen von Sprache wird Ihnen neues Selbstvertrauen geben und mehr Sicherheit und Lebensqualität schenken.

Sie sind nicht alleine – weltweit sind über 500 Millionen Menschen von einer Hörminderung betroffen und jährlich werden über 8 Millionen Hörsysteme angepasst.

Hörsysteme haben sich zu Kommunikationssystemen entwickelt. Es gibt sie in den unterschiedlichsten Formen, Größen, Farben und mit einer Vielzahl von Funktionen. Diese Veränderungen haben zu einer höheren Akzeptanz von Hörsystemen geführt, denn menschliche Beziehungen basieren im Wesentlichen auf sprachlicher Kommunikation.

Erste Bekanntschaft mit Ihren Hörsystemen

1. Schritt: Die Lautstärke der Situation anpassen

Moderne Hörsysteme wählen nach Einschalten automatisch die passende Lautstärke. Viele moderne Geräte benötigen keine weiteren Einstellungen.

- Wenn Sie die Lautstärke selber anpassen, stellen Sie sie nicht zu laut ein, da dies nicht zur Verständlichkeit beiträgt.
- Versuchen Sie nicht, leise Sprache über eine große Distanz zu verstehen. Selbst normalhörende Menschen können dies nicht.

Beobachten Sie sich selbst

2. Schritt: Das Hörsystem – ein fester Bestandteil Ihres Lebens

Ähnlich einer Brille oder Kontaktlinsen werden auch Hörsystem und Ohrpass-Stück anfänglich als ungewohnt empfunden. Dies wird nach einer kurzen Gewöhnungsphase allerdings nicht mehr der Fall sein. Sollten dennoch Probleme oder Schmerzen auftreten, kontaktieren Sie Ihren Hörakustiker.

«Nicht sehen trennt den
Menschen von den Dingen.
Nicht hören trennt den
Menschen vom Menschen.»
(Helen Keller)



Nehmen Sie sich Zeit, Ihr Gehör neu zu entdecken

Die vielen neuen Höreindrücke können in der Gewöhnungszeit ermüdend sein.

- Nehmen Sie sich Zeit, sich an Ihre Hörsysteme zu gewöhnen.
- Ihre positive Einstellung und Ihr Wille, wieder besser zu hören und zu verstehen, sind entscheidende Erfolgsfaktoren.

Lernen Sie, gezielt zu hören

Mit Ihren Hörsystemen können Sie nun besser hören und sich in vielen, auch geräuschvollen Hörsituationen gut verständigen. Dennoch heißt es, ein konzentrierter und aufmerksamer Zuhörer zu bleiben – denn gerade in geräuschvollen Hörsituationen müssen sich selbst normalhörende Menschen anstrengen, um Gewünschtes zu verstehen und Unerwünschtes zu ignorieren.

- Üben Sie, sich auf die Geräusche zu konzentrieren, die Sie hören möchten, und ignorieren Sie unerwünschte oder störende Geräusche.
- Versuchen Sie, Ihnen unbekannte Töne zu identifizieren, und ignorieren Sie unwichtige Geräusche bewusst.
- Wenn Sie von verschiedenen Geräuschen umgeben sind, üben Sie, Ihre Aufmerksamkeit von einem Geräusch auf das nächste zu richten.

Gewöhnen Sie sich an Ihre eigene Stimme

Ihre eigene Stimme kann sich am Anfang ungewohnt anhören, dieser Höreindruck wird sich mit der Zeit verlieren.

3. Schritt: Störgeräusche meistern

Die Welt ist voller lauter Geräusche. Das intakte Gehör hat die Fähigkeit, störende Geräusche zu unterdrücken und nur das Gewünschte aus dem Umgebungslärm zu filtern. Mit den Hörsystemen werden Sie nun plötzlich Geräusche hören, die Sie beinahe schon vergessen hatten: das Ticken der Uhr, Papierknistern, das Klicken von Absätzen, Vogelgezwitscher, das Lachen spielender Kinder. Natürlich sind nicht alle Geräusche angenehm. Die Fähigkeit, unerwünschte Geräusche zu unterdrücken, können Sie wieder erlernen. Konzentrieren Sie sich in Umgebungslärm bewusst nur auf jene Geräusche, die Sie hören wollen, und versuchen Sie, die übrigen Störgeräusche zu unterdrücken.

Lernen Sie, mit schwierigen Hörsituationen umzugehen

4. Schritt: Aktiv an Diskussionen teilnehmen

Auch normalhörende Menschen bekunden Probleme beim Verstehen, wenn in Diskussionen mehrere Personen gleichzeitig sprechen.

- Bewegen Sie sich näher zu der Person, die Sie hören möchten, und konzentrieren Sie sich auf diese.
- Mit zunehmender Erfahrung mit Ihren Hörsystemen werden Sie solche Situationen immer besser meistern.

5. Schritt: Besuchen Sie öffentliche Orte

Theater, Gebetsstätten, Versammlungsräume und ähnliche Orte werden für Hörsystem-Träger zu einer akustischen Herausforderung.

- Setzen Sie sich am besten dort hin, wo die Akustik am besten ist. Normalerweise ist dies vorne in der Mitte, nicht zu nahe beim Redner, aber noch in Sichtweite seines Gesichtes.
- Einige öffentliche Gebäude verfügen über spezielle technische Einrichtungen, die das Hören und Verstehen erleichtern. Ein Anruf vor dem Besuch schafft hier Klarheit.

6. Schritt: Verfolgen Sie Fernseh- oder Radiosendungen

- Manchmal ist es nicht möglich, jedes einzelne Wort zu verstehen, konzentrieren Sie sich dann vielmehr auf den Gesamtzusammenhang.
- In solchen Hörsituationen kann Ihnen auch ein entsprechendes Zusatzgerät helfen. Fragen Sie Ihren Hörakustiker nach möglichen Lösungen für Sie.

7. Schritt: Verwenden Sie Ihre Hörsysteme mit Telefon

Als Hörsystem-Träger haben Sie vielfältige Möglichkeiten, das Hören und Verstehen beim Telefonieren zu verbessern. Ihr Hörakustiker berät Sie gerne, welche Lösung sich für Sie am besten eignet.

8. Schritt: Zwei Ohren hören mehr als eines

Bei beidseitiger Schwerhörigkeit wird in der Regel an beiden Ohren ein Hörsystem angepasst. Diese stereofone Anpassung eröffnet dem Hörsystem-Träger eine völlig neue Dimension des Hörens. Denn die Tatsache, dass der Mensch über zwei Ohren verfügt, ist mehr als eine Laune der Natur.

Die Vorteile beidseitigen Hörens:

- Besseres Hören und Verstehen in geräuschvollen Umgebungen.
- Angenehmere Klangqualität und entspannteres Hören.
- Natürlicheres Hören, da unser Hörsinn darauf ausgerichtet ist, Klänge mit zwei Ohren zu empfangen.
- Bessere Klanglokalisierung.

Training leicht gemacht

Für den Erfolg einer Hörsystemanpassung sind gerade die ersten Erfahrungen entscheidend. Wenn Sie sich an dieses Lernprogramm halten, werden Sie mit Ihren Hörsystemen viel Freude haben und die Möglichkeiten moderner Hörsystem-Technologie voll ausschöpfen können! Beachten Sie unbedingt die Gebrauchsanweisung, die Sie mit Ihren Hörsystemen erhalten haben. Bei weiteren Fragen oder Problemen wenden Sie sich bitte an Ihren Hörakustiker.

Wussten Sie schon?

Mehr Hörkomfort dank drahtloser Kommunikationssysteme

Es gibt effektive drahtlose Kommunikationssysteme, die es Ihnen ermöglichen, auch bei großem Lärm, auf weite Distanzen oder bei schwachen Signalen Ihre Gesprächspartner klar und deutlich zu verstehen. Zusatzsysteme von Phonak helfen auch hier, Barrieren zu überwinden. Bei Ihrem Hörakustiker, dem ausgewiesenen Experten für gutes Hören, erhalten Sie eine Reihe wichtiger Hinweise und Informationen über die Art und den Gebrauch von drahtlosen Kommunikationssystemen.

Schwerhörigkeit betrifft auch den gut hörenden Gesprächspartner

Dieses Kapitel soll:

- Die Kommunikation mit Menschen mit Hörminderung erleichtern.
- Die Konsequenzen einer Hörminderung aufzeigen.
- Ihnen helfen, neue Hörsystem-Träger auf ihrem Weg zum besseren Hören zu unterstützen.

Ungefähr 500 Millionen Menschen sind von einer Hörminderung betroffen. Schwerhörigkeit betrifft Menschen jeden Alters. Eine Hörminderung ist in der Tat die meistverbreitete chronische Beschwerde. Sie ist unsichtbar und kommt normalerweise schleichend, hat jedoch einen großen Einfluss auf die Betroffenen und ihr Umfeld.

Wie kommuniziert man als normalhörender Mensch mit Menschen mit Hörminderung? Diese Frage zu klären ist wichtig, denn die Hörminderung hat immer auch einen Einfluss auf die Gesprächspartner der Betroffenen. Diese meiden möglicherweise den Kontakt, da sie nicht wissen, wie sie mit hörgeschädigten Menschen kommunizieren sollten. Diese Hemmungen sind unnötig.



Praktische Tipps für die Kommunikation mit Hörsystem-Trägern

Sprechen Sie deutlich und natürlich

- Sie brauchen nicht zu schreien – dies führt zu keiner Verbesserung des Sprachverstehens.
- Sprechen Sie nicht lauter, sondern deutlicher und langsamer.

Verringern Sie die Distanz

- Verringern Sie die Distanz zwischen sich und dem Zuhörer, vor allem in geräuschvollen Umgebungen.

Halten Sie Blickkontakt

- Aus dem Mienenspiel und den Lippenbewegungen beziehen schwerhörige Menschen wichtige Informationen.

Wecken Sie Aufmerksamkeit

- Nennen Sie den Hörsystem-Träger beim Namen, vergewissern Sie sich, dass er Sie sehen kann, oder klopfen Sie ihm leicht auf die Schulter.

Beachten Sie das Umfeld

- Vermeiden Sie Gespräche von einem Raum in einen anderen oder bei intensiven Hintergrundgeräuschen, z.B. durch Staubsauger, Waschmaschinen, laute Musik. Diese Situationen können für beide Seiten frustrierend sein.

Halten Sie Grenzen ein

- Machen Sie sich bewusst, dass das Tragen von Hörsystemen zu Beginn anstrengend sein kann. Wenn Sie sich mit einem Hörsystem-Träger unterhalten, achten Sie auf Zeichen der Ermüdung. Erzwingen oder verlängern Sie Konversationen nicht.

Seien Sie geduldig

- Gerade in der Lernphase kann sich die Konzentrationsfähigkeit des Hörsystem-Trägers rasch erschöpfen. Hören und Verstehen braucht viel Kraft. Erzwingen Sie daher nie eine Konversation.

Wiederhergestellte Kommunikation bedeutet mehr Lebensqualität

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass zwischen dem Bewusstwerden einer Schwerhörigkeit und dem ersten Besuch beim Fachmann im Durchschnitt sieben bis neun Jahre vergehen. Schwerhörigkeit ist ein schleichender Prozess und die möglichst frühzeitige Anpassung eines Hörsystems ist der erste wichtige Schritt zur besseren Kommunikation.

Hörsysteme werden weltweit immer mehr akzeptiert. Persönlichkeiten aus Politik, Wirtschaft, Wissenschaft und Kultur sind Hörsystem-Träger. Ein Hörsystem ist ein Meisterwerk des technologischen Fortschritts, das Kommunikationsbarrieren überwinden hilft.

Besonders während der Gewöhnungszeit kommt Familie und Freunden eine wichtige Rolle zu. Der neue Hörsystem-Träger braucht Ihre Unterstützung und Motivation.



Life is on

Wir sind uns der Bedürfnisse derer bewusst, die sich auf unser Wissen, unsere Ideen und unsere Betreuung verlassen. Indem wir auf kreative Weise die Grenzen der Technologie durchbrechen, schaffen wir Lösungen, die Menschen darin unterstützen zu hören, zu verstehen und die reichhaltige Welt der Klänge zu erleben.

Müheleose Interaktion. Grenzenlose Kommunikation. Leben ohne Kompromisse. Life is on.