

Rund 184.000 Sachsen haben Probleme mit dem Hören

Dresden, 25. Februar 2019 – Sachsen hören schlechter als der bundesdeutsche Durchschnitt. Laut BARMER Arztreport 2018 leiden rund 4,5 Prozent der Menschen im Freistaat unter Hörbeeinträchtigungen, aufgrund von Schallleitungs- oder Schallempfindungsstörung. Im Bundesdurchschnitt waren es 3,9 Prozent. 2017 mussten sich rund 183.700 Sachsen ärztlich behandeln lassen. Dass sich das Hörvermögen der Deutschen je nach Region unterscheidet, zu diesem Ergebnis kommen auch die Auswertungen des deutschlandweiten „[Healthy Hearing Index](#)“. So nehmen Menschen in Dresden Geräusche, Musik und Gespräche um etwa vier Dezibel schlechter wahr als in Oldenburg. „Schwankungen beim Hörvermögen um einige Dezibel sind noch kein Anlass zur Panik. Dennoch gilt es für das Thema zu sensibilisieren. Besonders junge Menschen hören gern laute Musik und können damit ihren Ohren schaden. Sie müssen wir erreichen und ihnen helfen achtsamer mit dem eigenen Gehör umzugehen“, sagt Dr. Fabian Magerl, Landesgeschäftsführer der BARMER Sachsen mit Blick auf den Welttag des Hörens am 3. März.

Individuell statt laut! - Junge Menschen unterschätzen Lautstärke

Laute Geräusche haben negative Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit und das Wohlbefinden. „Dieser Gefahr sind sich gerade junge Menschen beim Hören ihrer Lieblingsmusik über Kopfhörer oft nicht bewusst, denn Musik bringt das Blut in Wallung und das Herz zum Schlagen. Aber egal, ob über Verstärker und Boxen oder Kopfhörer: Nicht so laut!“, mahnt Magerl und verweist auf eine einfache digitale Möglichkeiten die Lautstärke mit der [Mimi Hörtest App und Mimi Music App](#) an das individuelle Gehör anzupassen. Gesundes Hören kann so unkompliziert per App in den Alltag integriert werden. „Mit den von Mimi entwickelten Apps kann man einen Hörtest machen, die Musik auf dem Smartphone auf das eigene Gehör einstellen und schließlich bei geringerer Lautstärke mehr Details hören. So lassen sich mögliche Hörschäden vermeiden und die Aufmerksamkeit des Gehörs stärken“, beschreibt Magerl.

Landesvertretung

Sachsen

Zellescher Weg 21
01217-Dresden

www.barmer.de/presse-sachsen
www.twitter.com/BARMER_SN

presse.sn@barmer.de

Claudia Szymula
Tel.: 0800 333 004 152-231
claudia.szymula@barmer.de

Gut für die Ohren sind weniger als 70 Dezibel

Da Lärm ein so wichtiges Thema im Bereich der öffentlichen Gesundheit ist, hat die WHO - Weltgesundheitsorganisation [Leitlinien zur Vermeidung von gesundheitlichen Auswirkungen durch Lärm](#) entwickelt. Darin heißt es, die Geräuschbelastung durch Freizeitlärmquellen sollte durchschnittlich weniger als 70 Dezibel betragen. Zum Vergleich: Ein normales Gespräch entspricht 65 Dezibel (dB), Kantinenlärm, Großraumbüro 75 dB, Musik über Kopfhörer 95 dB, Diskomusik, Rock- & Popkonzerte 110 dB. Hörschäden durch Lärm können bereits ab 85 Dezibel auftreten.

Studie Hörfähigkeit: www.barmer.de/s000881

Mehr zur Mimi Hörtest App und Mimi Music App: www.barmer.de/g100362

HÖREX Kleine Dezibel-Kunde:

<https://www.hoerex.de/service/presseservice/trends-fakten/wie-laut-ist-das-denn.html>