

Interview

Wertvolles Organ

Mehr Beachtung für unseren Hörsinn fordern Fachleute wie Prof. Karl Karst



Hörexperte
Karl Karst

„Die Bedeutung des Hörens für unseren Alltag und unsere Lebensqualität wird unterschätzt“, sagt Prof. Karl Karst, Programmchef des Kulturradios WDR 3 in Köln. HÖRZU sprach mit dem Gründungsvater der Initiative Hören – einem bundesweiten Zusammenschluss aus zahlreichen Kultur-, Medien- und Gesundheits-Verbänden.

Lautes Spielzeug, laute Musik, laute Arbeitsplätze: Gewöhnen wir uns nicht von klein auf an den alltäglichen Krach?

Karl Karst: Unsere Ohren sind so perfekt, dass sie schleichende Schädigungen zunächst ausgleichen. Man merkt es erst nicht, doch dann sind einzelne Wörter nicht mehr richtig zu verstehen, und man stellt fest: Ich bin schwerhörig. Das Ohr ist unser Kommunikationsinstrument Nummer eins. Deshalb fühlt man sich schnell isoliert, wenn der Hörsinn nachlässt. Nicht ohne Grund geht Taubheit oft mit Depressionen einher – anders als etwa bei der Blindheit.

Was müssen wir tun?

Karst: Ein Bewusstsein dafür schaffen, wie wertvoll dieses Organ ist. Darüber herrscht noch großes Unwissen. Wir müssen so früh wie möglich anfangen aufzuklären und vorzubeugen, insbesondere bei Kindern.

Wie reagiert der Körper auf Lärm?

Karst: Ein einziges Knallgeräusch, etwa von einem Silvesterknaller, kann das Gehör lebenslang schädigen. Das Ohr ist unser Warn- und Orientierungsorgan – und unser Gefühlshaushalt wird durch akustische Impulse viel stärker beeinflusst als durch optische. Wenn wir ungewöhnliche Geräusche hören, können wir uns mit dem Kopf sagen: Das sind nur die Skateboardfahrer vor der Tür. Unser Nervensystem meldet aber: „Knall – Achtung Gefahr!“ und schüttet Adrenalin aus. Lärm und Alarm sind wortgeschichtlich eng verwandt. Dauer-Alarm und Dauer-Lärm machen beide krank.

Gibt es praktikable Lösungen?

Karst: Ja, Klassenräume können akustisch verbessert werden. Ingenieure und Architekten können dazu beitragen, die akustische Umwelt angenehmer zu gestalten. Mit simplen Methoden lässt sich ein Motor leiser machen und ein Platz so gestalten, dass der Schall geschluckt wird. Unsere Kinder sollten früh die Bedeutung ihrer Sinnesorgane kennenlernen und spielerisch erfahren, etwa mit Schulprojekten wie „Olli Ohrwurm“. Dann kommt es erst gar nicht zum „Ohrenklingeln“ nach dem Discobesuch, weil der Schutz der Ohren angesagt und cool ist.

Ihr Tipp für die tägliche Ohrenpflege?

Karst: Das Ohr freut sich über Schonung – gönnen Sie ihm zwischendurch Ruhe. Es ist wie bei jedem anderen Organ: Das Ohr braucht ab und zu eine Pause. Anschließend hört man vieles anders und besser (auch seine Mitmenschen).

INTERVIEW: CSC

H Ö R Z U

Nr. 03-2008

vom 11.01.08