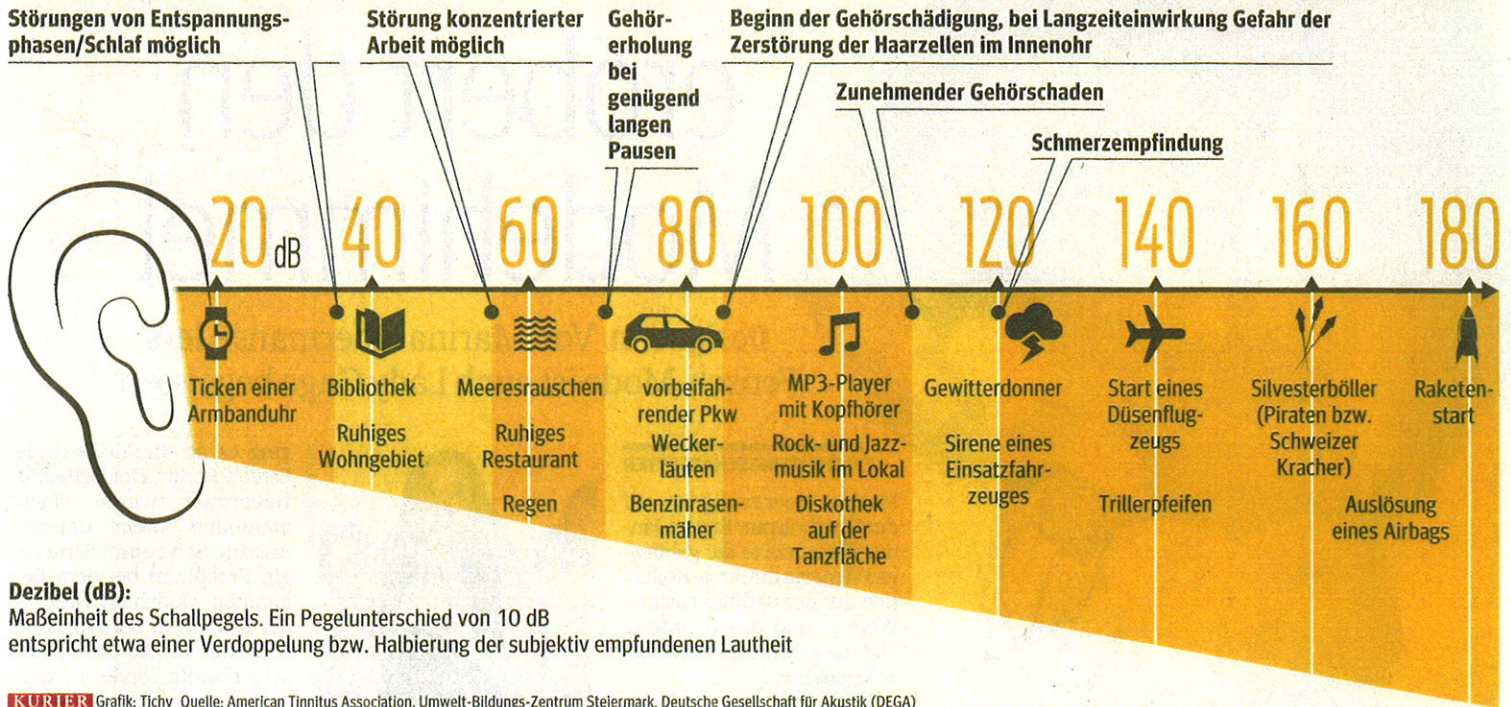


## Ein Viertel aller Jugendlichen leidet bereits an Hörstörungen

### LÄRM UND SEINE FOLGEN



VON INGRID TEUFL

### Tag gegen Lärm. Freizeitlärm schädigt das Gehör unbemerkt über Jahrzehnte.

Im Bus die aktuelle Lieblingsband aus dem mp3-Player, am Abend stampfender Techno zum Sport. Und am Wochenende in der Disco oder im Club zu Sounds aus Mega-Boxen abtanzen: Ständige Beschallung ist heutzutage normal. Mit unbedachten Folgen, sagt HNO-Arzt Michael Arnold. „Die Schäden summieren sich. Schon 25 Prozent aller Jugendlichen

haben Hörstörungen.“ Die Dunkelziffer dürfte noch höher liegen. Anlässlich des „Tags gegen Lärm“ am 30. April appellieren Experten für mehr Bewusstsein.

Am häufigsten entstehen Gehörschäden über Jahrzehnte und nicht akut. Auch, weil bewusste Lärmpausen fehlen, damit sich das Ohr erholen kann. „Sie sind unabdingbar für die Regeneration“, betonen Peter Edlhauer und Franz Zajicek vom Verband der Hörakustiker. Das Ohr eines Lärmarbeiters benötigt etwa nach einem 8-Stunden-Arbeitstag 16 Stunden zur Erholung.

Die Folgen ständiger Überbelastung – auch bei vergleichsweise moderater

Lautstärke ab 80 Dezibel (z. B. ein vorbeifahrender Pkw) – sind irreversible Schädigungen der sensiblen Sinneszellen im Mittel- und Innenohr – und damit chronische Lärmschwerhörigkeit. Arnold: „Sind sie einmal zerstört, kann der Hörverlust lediglich durch Hörgeräte ausgeglichen werden.“

Vor allen den sogenannten Freizeitlärm sieht AUVA-Lärmexperte Wilhelm Wahler als verkanntes Problem von Gesellschaft und Politik. „In den meisten Arbeitsbereichen gibt es gesetzliche Standards zur Lärmvermeidung. Die Auswirkungen von freiwilliger Beschallung auf Körper, Psyche – kurz, die Gesundheit und das soziale Ver-

halten werden nicht berücksichtigt.“

### Rauschzustand

Musik bewirkt einen komplizierten Kreislauf aus aktivierenden und beruhigenden Aktivitäten im Körper. „Das ist wie ein Rauschzustand. Herzfrequenz und die Ausschüttung der Hormone Serotonin, Dopamin und Cortisol steigen“, erklärt Univ.-Prof. Erich Vanecek, Begründer der Musikpsychologie in Österreich. Vor allem Jugendliche nutzen diese Effekte als Identifikationsmittel im Sozialisierungsprozess und zur Abgrenzung zu Älteren. „Laute Musik ist oft psychischer Selbstschutz, indem innere Zweifel zugehörnt wer-

den.“ Musik brauche aber auch Lautstärke. „Sie drückt Stimmung aus und wird von Komponisten als Aktivator eingesetzt.“ Klassik sei aber „gewachsene Musik und berücksichtigt die natürlichen Fähigkeiten des Menschen.“ So unterbrach etwa Richard Wagner die Dramatik seiner Kompositionen durch eine 45-minütige Pause. Heute werde das natürliche Empfinden durch technische Möglichkeiten übertüncht.

Mit Aufklärung könne dafür Bewusstsein geschaffen werden, sagt Wahler. „Studien in Volks- und Berufsschulen zeigen: Wenn Lärm thematisiert wird, gehen Kinder und Jugendliche vernünftiger damit um und sind leiser.“