

# Wissenswertes vor Ihrem ersten Termin bei Audika



80x in der Schweiz  
0800 22 11 22

 **Audika**  
*Ihr Experte für gutes Hören*

# Ihr erster Termin beim Hörsystemakustiker

Sie waren noch nie bei einem Hörsystemakustiker und fragen sich, was auf Sie zukommt? Keine Sorge! Der Besuch bei Audika ist angenehm und interessant zugleich. So werden Sie nicht nur Ihre eigenen Hörbedürfnisse besser verstehen. Sie werden auch erfahren, welche Möglichkeiten es gibt, Ihr Gehör dauerhaft zu verbessern – und so mehr Lebensqualität zu erreichen.



## Das dürfen Sie erwarten

Bei Ihrem Audika-Termin versucht Ihr Hörsystemakustiker im persönlichen Gespräch herauszufinden, welche Faktoren Ihr Hörvermögen in der Vergangenheit beeinflusst haben. Ausserdem wird er Sie fragen, was Sie an Ihrem aktuellen Hörvermögen stört.

Darüber hinaus wird er mit Ihnen einen Hörtest durchführen, die Ergebnisse auswerten und Ihnen erklären. Sollte er bei Ihnen eine Hörminderung festgestellt haben, berät er Sie gerne bei der Auswahl eines passenden Hörsystems, das Sie kostenlos und unverbindlich 10 Tage lang in Ihrem Alltag testen können.



Zum Schluss bespricht er mit Ihnen die nächsten Schritte. Auch beim Ausfüllen der Dokumente für IV und AHV hilft Ihnen Ihr Hörsystemakustiker gerne weiter.

### **Bringen Sie jemanden mit**

Gerne können Sie uns in Begleitung Ihres Partners, eines Angehörigen oder Freundes besuchen. Wenn Sie Ihre Eindrücke und Erfahrungen mit einer vertrauten Person teilen, profitieren Sie umso mehr von dem Termin. Auch für unsere Experten kann es hilfreich sein, zu erfahren, wie eine Ihnen nahestehende Person Ihre Hörminderung wahrnimmt.

# So funktioniert Ihr Gehör

Wissenswertes vor Ihrem ersten Termin

## Ohren und Gehirn ermöglichen das Hören

Unser Gehör hat viele Aufgaben: Es warnt uns z.B. vor herannahenden Gefahren oder lässt uns ein Gespräch verfolgen. Damit das funktioniert, müssen Ohren und Gehirn zusammenarbeiten. Die Ohren nehmen Töne, Klänge und Geräusche auf und leiten diese an das Gehirn weiter. Erst wenn sie hier eingetroffen sind, werden sie in Informationen umgewandelt.

Das Gehirn nimmt über die Ohren konstant eine Vielzahl von Geräuschen auf. Ohne unser Zutun werden diese identifiziert und lokalisiert. Denken Sie beispielsweise an eine Situation im Strassenverkehr. Ihr Gehirn sagt Ihnen aufgrund akustischer Reize, dass sich ein Fahrzeug nähert. Um zusätzlich die Richtung des Fahrzeuges zu bestimmen, brauchen Sie beide Ohren. Erst dann können Sie die Situation einschätzen und sicher über die Strasse gehen. Deshalb ist es von (lebens-)wichtiger Bedeutung, dass Ihre beiden Ohren alle Umgebungsgeräusche wahrnehmen können.



Auch für Ihr soziales Leben ist das Zusammenspiel von Ohren und Gehirn wichtig. Je genauer die Informationen sind, die im Gehirn eintreffen, umso einfacher können Sie einem Gespräch folgen. Dies ist besonders wichtig in einer lauten Umgebung. Hier filtern die Ohren Umgebungsgeräusche aus und sorgen so für ein besseres Sprachverständnis.

## Wer schlecht hört, ermüdet und vergisst schneller

Mit einem geschwächten Hörvermögen kann die Bewältigung des Alltags sehr anstrengend sein. Das liegt daran, dass es selbst in banalen Situationen mehr Kraft kostet, ein Gespräch zu verfolgen und zu verstehen. Das Problem: Mit einem eingeschränkten Hörvermögen können Sie bestimmte Töne nicht mehr wahrnehmen. Ihr Gehirn ist dann gezwungen, das Gesagte zu erraten und so die «Lücken zu füllen». Diese beiden Aufgaben aber verbrauchen zusätzliche geistige Ressourcen und kosten am Ende mehr Anstrengung.



Kommt hinzu: Je mehr Sie sich auf das eigentliche Hören konzentrieren müssen, desto weniger Kraft bleibt für andere wichtige Hirnfunktionen – beispielsweise das Erinnerungsvermögen. So können Sie vielleicht einer Unterhaltung folgen, sich aber später nur mühsam an den Inhalt erinnern. Diese zusätzliche Beanspruchung des Gehirns lässt sich nur mindern, wenn Sie alle Gesprächsteilnehmer möglichst gut verstehen. Dies gilt natürlich besonders in einer lauten Umgebung.

### Schon gewusst?



Unbehandelter Hörverlust erschwert das Verfolgen einer Unterhaltung und kann zu Ermüdungserscheinungen führen. Ausserdem kann das Erinnerungsvermögen leiden.



Unbehandelter Hörverlust führt häufig zu eingeschränktem Kontakt mit Angehörigen, Freunden und Kollegen. Sozialer Rückzug und Depressionen können die Folge sein.



Unbehandelter Hörverlust erschwert die Nutzung von Kommunikations- und Unterhaltungselektronik sowie den Besuch von Kino oder Theater.

# Jeder Mensch hört anders

Hören ist eine sehr individuelle Erfahrung. Selbst bei identischen Hörtestergebnissen nimmt jeder Einzelne die Geräuschkulisse unterschiedlich wahr.

Deshalb wirkt sich ein Hörverlust auf jeden Menschen anders aus. Manche empfinden es als anstrengend, einer Unterhaltung in einem überfüllten Raum zu folgen. Andere haben Mühe, bestimmte Töne zu hören.

Aus diesen Gründen muss ein Hörsystem optimal an Ihre persönlichen Bedürfnisse angepasst werden. Nur so kann es seine volle Leistung erbringen – und Ihnen zu einem Höchstmass an Lebensqualität verhelfen.



Freizeit & Sport



Arbeit



Freunde



Familie



Unterhaltung



Verkehr

Sonstige Situationen?

Welche Situationen sind für Sie eine Herausforderung?  
Kommt es vor, dass Sie sich aufgrund Ihres Gehörs  
unsicher fühlen?

# Gutes Hören ist elementar für Ihre Gesundheit und Ihre Lebensqualität

## Ein Hörsystem hält Sie geistig fit

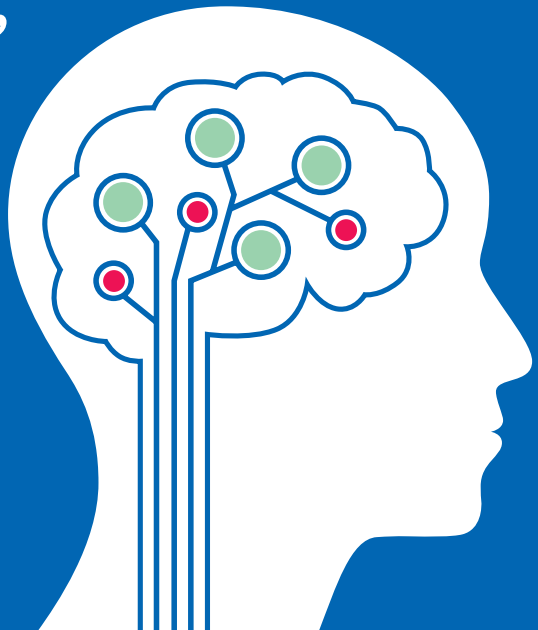
Ein eingeschränktes Hörvermögen frustriert viele Menschen und kann dazu führen, dass sie sich aus dem gesellschaftlichen Leben zurückziehen. Ausserdem: Studien haben gezeigt, dass unbehandelter Hörverlust zu einem höheren Demenzrisiko führt.\* Auch wenn sich Demenz nicht mit einem Hörsystem heilen lässt, so hilft es doch, das Gehirn zu trainieren.

Mit einem Hörsystem kann es Ihnen leichter fallen, zu kommunizieren und an sozialen Aktivitäten teilzunehmen. Beides stimuliert nachhaltig Ihr Gehirn und – so haben wissenschaftliche Studien ergeben – reduziert das Risiko eines beschleunigten geistigen Abbaus.\*\*

\* Quelle: Lin et al. (2011). Faktor, um den sich das Risiko, an Demenz zu erkranken, erhöht im Vergleich zu normalem Hörvermögen: 1,89 bei schwachem Hörverlust, 3,00 bei mässigem Hörverlust und 4,94 bei starkem Hörverlust.

\*\* Amieva et al. (2015). Self-Reported Hearing Loss, Hearing Aids, and Cognitive Decline in Elderly Adults: A 25-Year Study. Journal of the American Geriatrics Society. Volume 63, Issue 10; 2099–2104. A 25-Year Study.

## Wer gut hört, bleibt fit im Kopf





## Demenzrisiko für Menschen mit unbehandeltem Hörverlust

**Schwacher** Hörverlust: **2x** höher

**Mässiger** Hörverlust: **3x** höher

**Starker** Hörverlust: **5x** höher



### Unbehandelter Hörverlust



Geringere Stimulation des Gehirns



Beschleunigter geistiger Verfall  
Höheres Demenzrisiko



**Gedächtnisschwäche und  
Schwierigkeiten beim Lösen von  
Problemen**



### Behandelter Hörverlust



Bessere Kommunikationsfähigkeit



Soziale Aktivitäten  
Stimulation des Gehirns



**Ihr Gehirn bleibt fit**



# Vor Ihrem Besuch bei Audika

Mit der Beantwortung der folgenden Fragen helfen Sie uns, Ihr Hörproblem besser zu verstehen. Bitte beurteilen Sie, wie sich Ihr Hörvermögen verändert hat und welche Auswirkungen dies auf Ihr Leben hat.

Vielleicht hilft es Ihnen, diese Fragen mit einer Ihnen nahestehenden Person zu besprechen.

1. Was hat Sie dazu veranlasst, einen Termin bei Audika zu vereinbaren?

## Inwieweit stimmen Sie den folgenden Aussagen zu?

	Stimmt		Neutral		Stimmt nicht
	1	2	3	4	5
2. Ich habe den Eindruck, dass die Menschen um mich herum oft undeutlich sprechen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ich höre schlecht beim Fernsehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Ich habe Probleme, meine Gesprächspartner am Telefon zu verstehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Ich kann oft nicht feststellen, aus welcher Richtung ein Geräusch kommt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ich habe Schwierigkeiten, leise sprechende oder flüsternde Menschen zu verstehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Ich kann Unterhaltungen z.B. im Restaurant oder auf Anlässen nur schwer folgen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Ich muss mich sehr stark konzentrieren, wenn mehrere Personen gleichzeitig sprechen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		Stimmt		Neutral		Stimmt nicht
		1	2	3	4	5
9.	Ich nehme immer seltener an sozialen Aktivitäten teil, weil ich den Gesprächen nur schlecht folgen kann	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Nach Tagen mit vielen Gesprächen fühle ich mich müde und/oder geistig erschöpft	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	Ich kann mich nur schwer an den Inhalt einer Unterhaltung erinnern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	Ich glaube, ein Hörsystem kann meine Lebensqualität verbessern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	Bitte schreiben Sie auf, was Sie im Zusammenhang mit Ihrem Hörvermögen wissen möchten					
14.	Sonstiges					
15.	Raum für Anmerkungen von Partnern, Angehörigen oder Freunden					

**Bitte bringen Sie den ausgefüllten Fragebogen zu Ihrem Termin mit. So können wir Sie optimal beraten und gemeinsam mit Ihnen einen Weg erarbeiten, wie Sie Ihr volles Hörpotenzial ausschöpfen können.**

# Kontaktinformationen

Gerne können Sie sich mit uns in Verbindung setzen, wenn Sie vor Ihrem nächsten Termin noch Fragen haben. Wir legen grossen Wert darauf, Sie auf Ihrem Weg zu einem besseren Hörvermögen bestmöglich zu begleiten, und freuen uns auf Ihren Besuch.

---

Ihr Hörsystemakustiker

---

Telefonnummer

---

Termin

Anmerkungen: