

## Startschuss der Präventionsarbeit 2019 zum *Welttag des Hörens*

### Deutsche Tinnitus Stiftung Charité unterstützt #HIERGEHÖRT, eine Aktion der Good Hearing Initiative

Berlin, 28. Februar 2019 – Anlässlich des internationalen *Welttag des Hörens* am 3. März unterstützt die Deutsche Tinnitus-Stiftung Charité #HIERGEHÖRT. Die von der gemeinnützigen Berliner Initiative Good Hearing initiierte Aktion will den alltäglichen Lärm in Großstädten im wahrsten Sinne des Wortes sichtbar machen und auf den schädigenden Einfluss von Lautstärke auf die menschliche Hörgesundheit hinweisen. Der „World Hearing Day“ ist zugleich der Startschuss für die diesjährige Präventionskampagne der Stiftung: Den aktuellen Empfehlungen der World Health Organization (WHO) folgend, liegt der Fokus 2019 vor allem auf der Entwicklung von Aufklärungs- und Lernmaterialien für Kinder und Jugendliche von der Kita bis zur Sekundarstufe 1.

Studien zeigen, dass gemeinsames Musizieren das Gedächtnis trainiert und die sozialen Kompetenzen fördert; Musikhören wiederum kann die Ausschüttung des Stresshormons Kortisol verringern. Doch gerade Kinder und Jugendliche unterschätzen immer wieder, wie sensibel das Gehör ist und wie schnell irreparable Schädigungen im Innenohr entstehen können, wenn sie sich zu lange zu lauter Musik aussetzen. Was zunächst als schleichender Prozess beginnt, wird oftmals in der Folge zu einem großen Problem. Denn ein Tinnitus oder ein Hörverlust kann schon bei jungen Menschen zu Schlafstörungen, Lern- und Konzentrationsschwächen, verzögerter Sprachentwicklung, psychischen Erkrankungen, höheren Schulabbrecherquoten und sozialer Ausgrenzung führen.<sup>(1)</sup>

Laut neuesten Erhebungen der World Health Organization (WHO) leiden aktuell bereits über 466 Millionen Menschen unter Hörverlust, davon allein mehr als 34 Millionen Kinder. Die Experten gehen davon aus, dass bis 2050 weltweit sogar 50 % aller 12- bis 35-Jährigen gefährdet sind, einen Hörverlust zu erleiden – das entspricht einer Gesamtzahl von ca. 1,1 Milliarden jungen Menschen. Neben Ohrenkrankheiten, genetischen Prädispositionen, der hoher Lärmbelastung durch Straßen- und Flugverkehr in großen Städten sowie belastenden Geräuschkulissen in Großraumbüros identifiziert die WHO vor allem lautes Musikhören über Smartphones und Audioplayer als Hauptursache für spätere Hörbeeinträchtigungen, zu denen oftmals auch Tinnitus gehört.<sup>(2)</sup>

„Unbestritten ist der Hörsinn von allen fünf Sinnen der differenzierteste. Denn wir Menschen brauchen unser Gehör, um das Gehirn mit lebenswichtigen Informationen aus der Umwelt zu versorgen: Töne und Musik lösen Emotionen aus, warnen vor Gefahren, helfen bei der Orientierung und steuern das Gleichgewicht. Sie sind 24 Stunden am Tag im Einsatz, ständig auf Empfang – deshalb müssen wir unser Gehör schützen“, so Prof. Dr. Birgit Mazurek, Direktorin des Tinnituszentrums Charité und Vorsitzende der Deutschen Tinnitus-Stiftung Charité. „Wir unterstützen #HIERGEHÖRT und nehmen gemeinsam den *Welttag des Hörens* zum Anlass, vor allem jungen Menschen aufzuzeigen, welchen Lautstärken sie ihr Gehör täglich aussetzen und wie sie Tinnitus oder Hörverluste vermeiden können.“

Mit #HIERGEHÖRT will die **Good Hearing** Initiative Bewusstsein für das eigene Hörvermögen schaffen und den Dialog über Vorsorge, frühzeitige Erkennung und Hilfe anregen: Zum *Welttag des Hörens* wird deutschlandweit in zahlreichen Innenstädten die Lautstärke gemessen. Anschließend wird der entsprechende Dezibelwert mit abwaschbarer Kreide in ein Straßengraffiti integriert und dieses als Foto über die sozialen Netzwerke gepostet. Jede\*r kann an der Aktion #HIERGEHÖRT teilnehmen und die Lautstärke vor der eigenen Haustür messen, sodass ein flächendeckendes Gesamtbild entsteht.

<sup>(1)</sup> Deutsches Zentrum für Musiktherapieforschung in Heidelberg 2015 (DZM), vgl. auch <http://news.doccheck.com/de/83012/tinnitus-auch-bei-kindern-piepts/> (Stand 22.02.2019)

<sup>(2)</sup> „New WHO-ITU standard aims to prevent hearing loss among 1.1. billion young people“, Hrsg: WHO, 12.02.2019, Genf, siehe <http://bit.ly/2EnZifj> (Stand 22.02.2019)

### Über die Deutsche Tinnitus-Stiftung Charité:

Die Deutsche Tinnitus-Stiftung Charité wurde im August 2011 als gemeinnützige Stiftung bürgerlichen Rechts errichtet. Von der Überzeugung getragen, dass Tinnitus und Hörstörungen bestmöglich therapiert werden müssen und dass gleichzeitig jeder Einzelne sehr viel tun kann, um sich selbst zu schützen, hat sich die Stiftung folgende Aufgaben gesetzt: Förderung der Forschung und Wissenschaftskommunikation, Prävention sowie Sensibilisierung der Öffentlichkeit für einen achtsamen Umgang mit dem Gehör. Die Stiftung erfüllt ihre Aufgaben durch Forschungsprojekte, Aufklärungskampagnen über die Risiken von Lärm und Stress, Entwicklung von präventiven Maßnahmen. Eine besondere Zielgruppe der Stiftungsarbeit sind junge Menschen.

Weitere Informationen zum Projekt und zur Stiftung **im Web:** [www.deutsche-tinnitus-stiftung-charite.de](http://www.deutsche-tinnitus-stiftung-charite.de).  
Besuchen Sie die Stiftung **auf Facebook:** <https://www.facebook.com/deuschetinnitusstiftungchariteberlin>  
Folgen Sie der Stiftung **auf Instagram:** <https://www.instagram.com/fighttinnitus/>  
Eindrücke der Präventionsarbeit finden Sie **auf YouTube:** [YouTube Channel](#)

### Über die Good Hearing Initiative:

Die Good Hearing Initiative, die derzeit von Tim von Klitzing und Jana Bürkert in Berlin aufgebaut wird, will mit ihrer Aktion #HIERGEHÖRT Menschen dazu anregen, über den Lärm in ihrem Umfeld und ihr eigenes Hörvermögen nachzudenken, gemeinsam die Kommunikation rund ums Thema Hören verändern, Bewusstsein schaffen und Aufklärungsarbeit in allen Altersgruppen leisten. Weltweit soll so die Anzahl der Menschen mit vermeidbarem Hörverlust reduziert werden. Die Vision der Good Hearing Initiative ist es, lokale Anbieter von Gesundheitsleistungen in unterversorgten Regionen mit einer kostenlosen mobilen Hörtest-Technologie, die an die jeweiligen Bedürfnisse vor Ort angepasst ist, auszustatten. Derzeit ist die Entwicklung von Pilotprojekten mit Organisationen in Brasilien und Bangladesch in Planung.

Weitere Infos **im Web:** <https://www.thegoodhearing.org>  
Besuchen Sie die Initiative **auf Instagram:** <https://www.instagram.com/thegoodhearing/>  
Folgen Sie der Initiative **über Twitter:** <https://twitter.com/HearingGood>

Fragen zur Stiftung richten Sie bitte an:  
Dr. Kurt Anschütz  
Geschäftsführer Deutsche Tinnitus-Stiftung Charité  
Luisenstraße 13, 10117 Berlin  
Tel.: 030 85 73 26 86  
E-Mail: [anschuetz@deutsche-tinnitus-stiftung-charite.de](mailto:anschuetz@deutsche-tinnitus-stiftung-charite.de)

Für weitere Informationen und Bilder:  
united communications GmbH  
Manfred Großert / Gunhild Flöter  
Rotherstraße 19, 10245 Berlin  
Tel.: 030 78 90 76 0  
E-Mail: [tinnitus@united.de](mailto:tinnitus@united.de)