September 5, 2025

Hearing Forum Andermatt – Musik: eine Herausforderung für Ohr und Gehirn

Herausforderungen und Lösungen für Musiker mit Hörproblemen

Erfahrungsbericht aus Interview mit Leila Schayegh, Basel und Tobias Kleinjung

Die Violinistin berichtet von hoher Belastung im Orchester, fehlender Prävention und daraus resultierenden Hörproblemen (Tinnitus, Hyperakusis). Der Wechsel zur Alten Musik und kleinere Ensembles führten zu einer deutlichen Besserung. Die psychosoziale Unterstützung und individuelle Therapieansätze (z.B. Alexander-Technik, Akupunktur) sind entscheidend für die Bewältigung.

Gesundheitliche und psychosoziale Folgen

Gehörschäden kann zu beruflichen Einschränkungen führen, Stress und emotionaler Belastung. Hyperakusis äußert sich als extreme Empfindlichkeit gegenüber Alltagsgeräuschen. Die Rückkehr ins Orchester kann mit Schmerzen im Ohr und psychischer Belastung verbunden.

Medizinische und soziale Unterstützung

Spezialisierte medizinische Betreuung und kollegiale Unterstützung sind wichtig. Das Outing von Hörproblemen ist im Musikerberuf schwierig, aber notwendig für die Inanspruchnahme von Hilfen.

Umgang mit Gehörschutz und Hyperakusis

Gehörschutz sollte individuell und schrittweise eingesetzt werden, um einen Teufelskreis durch die Überempfindlichkeit zu vermeiden. Apps zur Lautstärkemessung können helfen, gefährliche Pegel zu erkennen.

Hörgeräteversorgung

Musiker sind zurückhaltend bei Hörgeräten. Geräte im Gehörgang (z.B. Lyric mit analoger Signalverarbeitung) können Vorteile für die Musikqualität bieten und sind «unsichtbar» für Aussenstehende, da sie im Gehörgang getragen werden. Individuelle Anpassungen sind für professionelle Musiker notwendig.

Hyperakusis, Misophonie, Phonophobie

- **Hyperakusis**: Überempfindlichkeit gegenüber Alltagsgeräuschen.
- **Misophonie**: Abneigung gegen spezifische Geräusche.
- **Phonophobie**: Angst vor Geräuschen.

Diagnostik erfolgt über Hörschwellenmessungen und Bestimmung der Unbehaglichkeitsschwelle; Fehldiagnosen bei Kindern sind möglich.

Hörgeräte und Musik

High-End-Geräte und individuelle CI-Anpassungen ermöglichen Musikgenuss auch für hörgeschädigte Musiker.

Lärmmessung und Grenzwerte

Smartphone-Apps sind oft unzuverlässig; Dosimeter bieten präzisere Messungen. Gehörschutz ist ab 85/93 dB/h empfohlen.

Noise-Cancelling-Kopfhörer

Reduzieren tiefe Frequenzen, sind aber kein Ersatz für Gehörschutz am Arbeitsplatz.

Prävention und Aufklärung

Frühe Sensibilisierung und Hörtests in Musikschulen und Bildungsinstitutionen sind essenziell. Präventionsprogramme sollten bereits im Freizeitbereich und bei jungen Musikern ansetzen.

Aus der Podiumsdiskussion

- Zusammenarbeit aller Akteure (Politik, Familie, Bildung, Gesundheit, Veranstalter) zur Lärmminderung und Förderung von Gehörschutz.
- Entwicklung und Evaluation zielgruppenspezifischer Präventionsprogramme.
- Förderung der Nutzung von Gehörschutz durch Abbau von Kostenbarrieren und Steigerung der Akzeptanz.
- Wiederholung und Optimierung von Präventionsmaßnahmen; Klärung der optimalen Frequenz und Inhalte.
- Ausbau von individuellen Anpassungsprogrammen für Hörgeräte und Cochlea-Implantate bei Musikern.
- Schaffung spezieller Anlaufstellen für Musiker mit Hörproblemen.
- Intensivierung der Aufklärung über Hyperakusis, Gehörschutz und tatsächliche Risiken.
- Saisonplanung mit mehr leisen Werken und abwechslungsreichen Programmen.
- Förderung kollegialer Unterstützung und offener Kommunikation im Orchester.

Ausblick und nächste Schritte

- Durchführung groß angelegter, longitudinaler Studien von der Schulzeit bis ins Erwachsenenalter.
- Verbesserung und Kontrolle der Umsetzung gesetzlicher Vorgaben bei Musikveranstaltungen, insbesondere für Kinder und Jugendliche.
- Entwicklung und Implementierung von Programmen zur frühzeitigen Gehörschutz-Aufklärung in Musikschulen und Bildungsinstitutionen.
- Bereitstellung und Bewerbung von kalibrierten Schallpegelmessgeräten/Dosimetern.

- Planung und Organisation des nächsten Symposiums am 10. September 2027.

- Einladung und Organisation gemeinsamer Aktivitäten (Abendessen, Networking) für Teilnehmer.

Fazit:

Die Prävention von Hörschäden durch Musik- und Freizeitlärm erfordert ein Zusammenspiel von Forschung, Gesetzgebung, individueller Sensibilisierung und technischen sowie organisatorischen Schutzmaßnahmen. Besonders Musiker sind durch hohe Schallbelastung gefährdet und benötigen spezifische Lösungen und Unterstützung. Frühzeitige Aufklärung, regelmäßige Hörtests und die Förderung eines offenen Umgangs mit Hörproblemen sind zentrale Bausteine für eine nachhaltige Hörgesundheit.