



WAS **VIEL LÄRM** MIT KINDEROHREN MACHT

Strassenlärm, Handyklingeln, Radiomusik: Wir sind ständig von Geräuschen umgeben. Doch wann ist Lärm ungesund? Um diese Frage dreht sich der internationale Tag gegen Lärm, der am 26. April stattfindet. Unter dem Motto «Ruhe fördert» macht er dieses Jahr auf die Auswirkungen von Lärm auf Kinder aufmerksam. Welche das sind und was Eltern machen können, damit Kinder mehr Ruhe haben, erklärt Prof. Dr. Erwin Löhle, Experte für auditive Wahrnehmung im Kindesalter.

TEXT: MALOLO KESSLER

Erwin Löhle, Sie sind spezialisiert auf kindliche Hörstörungen. Sind Kinderohren empfindlicher als Erwachsenenohren?

Es gibt keine Untersuchungen, die zeigen, dass Kinderohren generell empfindlicher sind. Ich kann lediglich aus der täglichen Praxis sagen, dass es durchaus Kinder und Jugendliche mit einem normalen Gehör gibt, die über Lärmempfindlichkeit klagen. In der Regel bildet sich diese Empfindlichkeit aber bis zum 15. Lebensjahr zurück.

Welche Schäden kann starker, vorübergehender Lärm verursachen?

Es können akute Lärmschäden entstehen. Dazu gehören das sogenannte Explosionstrauma und das Knalltrauma – beides wird durch einen Knall mit einer Lautstärke von über 140 Dezibel ausgelöst. Solche Knalle gibt es in unseren Breitengraden extrem selten, daher kommen diese Traumata bei uns nur als Unfallfolgen vor. Was häufiger

vorkommt, ist die akute Lärmschwerhörigkeit. Sie tritt bei einer Schallintensität von 100 bis 130 Dezibel während mehrerer Minuten oder Stunden auf.

An einem Konzert zum Beispiel?

Genau. Musik wird heute sehr gerne viel zu laut dargeboten. Kürzlich war ich mit zehnjährigen Kindern an einer Zaubershow. Ich fand es so laut, dass ich mir meine Ohrstöpsel eingelegt habe. Und auch die Kinder fanden es sehr laut, aber sie hatten danach keine Beschwerden. Laute Musik, aber auch Knallkörper und lautes Tröten direkt beim Ohr, kann beispielsweise einen akuten Tinnitus auslösen, der sich wiederum zu einem chronischen Tinnitus entwickeln kann. Bei einem Tinnitus ist grundsätzlich das Wichtigste, sich nicht auf den Ton zu konzentrieren, sondern abzulenken. Das gilt für Kinder wie Erwachsene.

Nebst dem extremen Lärm gibt es auch den chronischen Geräuschteppich – Geplapper, Autos, Flugzeuge, klingelnde Handys, Radio. Wie wirkt sich diese Art von Lärm auf Kinder aus?

Solch chronischer Lärm über längere Zeit kann die Konzentrationsfähigkeit von Kindern beeinträchtigen. Das zeigt beispielsweise eine Studie, die in München durchgeführt wurde. Forscher haben bei über 300 Schulkindern im Durchschnittsalter von zehn Jahren die Befindlichkeit und kognitive Leistung vor und nach der Schliessung des Flughafens in München-Riem untersucht. Dabei stellte



Erwin Löhle ist leitender Arzt für Pädaudiologie an der HNO-Klinik des Basler Unispitals. Der Deutsche ist Experte für die Diagnostik und Rehabilitation hörgeschädigter Kinder und Träger des Bundesverdienstkreuzes.

DIE RICHTIGE AKUSTIK IM KLASSENZIMMER

Kinder verbringen viel Zeit in der Schule. Lange wurde nicht beachtet, dass zu viel Lärm – beziehungsweise schlechte Akustik – im Schulzimmer Auswirkungen auf die Lernfähigkeit der Kinder und die Gesundheit der Lehrpersonen hat. «Heute ist klar belegt, dass schlechte Akustik im Schulzimmer schwere Folgen hat», erklärt Kurt Eggenschwiler, Leiter der Abteilung Akustik bei der Empa und Präsident der Schweizerischen Akustik-Gesellschaft. «Bei schlechter Akustik sind die Kinder abgelenkt, Konzentration und Aufmerksamkeit leiden, der Spracherwerb wird behindert, das soziale Klima wird schlechter.» Lehrpersonen bekämen oftmals Kopf- und Halsschmerzen. Ist die Akustik in einem Schulzimmer schlecht, liegt das meist an der Bauweise, beziehungsweise an den Baumaterialien. «Deshalb sind vor allem ältere Schulzimmer problematisch», erklärt Eggenschwiler. Es nütze auch nichts, Tücher an die Wände zu hängen und Teppiche auf den Boden zu legen. Denn das grösste Problem ist der Nachhall. «Damit es in einem Schulzimmer nicht hallt, müssen schallabsorbierende Materialien für Decke und allenfalls Wände verwendet werden.» Zusätzlich könne auch «leises Mobiliar» hilfreich sein, also Filzli an Stuhlfüssen. «Und schliesslich ist auch wichtig, dass Lehrpersonen dem Thema Aufmerksamkeit schenken, also sensibilisiert sind und pädagogisch etwas dazu beitragen, dass der Lärm nicht zu stark ist.»

TAG GEGEN LÄRM: INFOS FÜR ELTERN, TÜRHÄNGER FÜR KINDER

Am 26. April ist internationaler Tag gegen Lärm. Die Schweiz nimmt seit 2005 daran teil. Jedes Jahr steht dabei ein anderes Thema im Mittelpunkt. Dieses Jahr wird unter dem Motto «Ruhe fördert» auf die Auswirkungen von Lärm auf Kinder aufmerksam gemacht. Ziel ist, Eltern zu sensibilisieren. Wer mehr über die Auswirkungen von Lärm auf Kinder wissen möchte, kann daher unter www.laerm.ch/kinder einen dreisprachigen Informationsflyer bestellen. Davon profitieren schliesslich alle zu Hause: Durch Ausschneiden wird der Flyer nämlich zu einem bunten Türhänger, mit dem Kinder signalisieren können, wenn sie zum Lernen, Lesen oder Schlafen ihre Ruhe haben möchten.

sich unter anderem heraus, dass die Kinder nach der Schliessung ein besseres Langzeitgedächtnis hatten und sich besser konzentrieren konnten. Das heisst: Schlechte akustische Bedingungen senken die Konzentrations- und Aufmerksamkeitsspanne. Auch in Schulzimmern (siehe Infobox).

Woran können Eltern erkennen, dass ihr Kind zu viel Lärm ausgesetzt ist?

Fühlen sich Kinder bei akutem Lärm unwohl oder leiden unter einer Lärmempfindlichkeit, halten sie sich oft die Ohren zu und meiden lärmige Situationen generell. Treten Schulprobleme auf, ist eine Abklärung der Hörschwelle sicherlich nicht schlecht, das heisst, eine Untersuchung des Hörbereichs.

Wie häufig soll man mit dem Kind zum Ohrenarzt?

Ein Hörscreening ist heute bei der Geburt Pflicht, ausserdem werden in der Schweiz in der Regel jährliche Hörkontrollen beim Kinderarzt und bei der Einschulung durchgeführt. Das reicht aus. Falls kleine Kinder im Winterhalbjahr häufig Infekte haben und auf leise Fragen nicht reagieren, besteht ein Verdacht auf eine Flüssigkeitsansammlung im Mittelohr, dann sollte ein Kinder- und Hals-Nasen-Ohrenarzt aufgesucht werden.

Welche Tipps können Eltern befolgen, damit Kinder im Alltag mehr Ruhe haben?

Eltern sollten für regelmässige Ruhezeiten im Haushalt sorgen. Also beim Vorlesen oder beim gemeinsamen Essen. Bei sehr lauter Musik sollten sie reagieren und Kinder auf mögliche Schäden hinweisen. Wenn sie mit einem Baby an eine laute Veranstaltung gehen, würde ich raten, das Gehör mit Kopfhörern zu schützen.