

## Hörgeräte Tipps zum Eingewöhnen

Sie haben zum ersten Mal ein Hörgerät? Dann haben wir wertvolle Tipps für Sie, wie Sie sich schnell und bequem an das noch ungewohnte Hörgerät gewöhnen können.

Besseres Hören bedeutet eine enorme Steigerung der Lebensqualität. Aber leider verfliegt die anfängliche Begeisterung für das bessere Hören oft nach kurzer Zeit. Die wertvollen Hörsysteme werden dann zu den ungeliebten Schubladengeräten.

Damit Ihnen das nicht passiert und Sie viel Freude an den neuen Hörgeräten vom [Hörakustiker](#) haben, hier unsere wertvollen Tipps.

### Die Eingewöhnung braucht Zeit



Sie haben Ihre Schwerhörigkeit nicht auf einen Schlag erworben, sondern allmählich. Sie werden mit den Hörgeräten Geräusche wieder wahrnehmen können, die Sie schon lange nicht mehr gehört haben. Sogar Ihre eigene Stimme wird Ihnen zunächst fremd vorkommen. Das ist ganz normal.

Ihr Gehirn muss sich erst wieder an das Hören dieser Töne gewöhnen. Bei einigen dauert das nur ein paar Tage, aber bei anderen einige Wochen oder sogar Monate. Nehmen Sie sich

genügend Zeit und geben Sie den Geräten immer wieder eine Chance.

## **Tragen Sie Ihr Hörgerät regelmässig**

Es ist sehr gut, wenn Sie Ihre Hörgeräte oft und viel tragen. Die ersten 1-2 Tage können Sie langsam vorgehen, aber dann sollten Sie sich angewöhnen, die Geräte morgens nach dem Badbesuch einzusetzen und erst wieder beim Schlafengehen abzusetzen.

## **Nehmen Sie aktiv an Gesprächen teil**

Eine Hürde, die jeder Hörgeräteträger nehmen muss ist die schwierige Situation von Gesprächen mit mehreren Personen.

Machen Sie es trotzdem! Sie werden immer mehr Erfahrungen sammeln und Ihr Ohr wird sich an die Klangeindrücke gewöhnen

**Hören Sie bewusster**



Machen Sie sich auf jeden Fall Notizen. Schreiben Sie auf, in welchen Situationen noch Probleme auftreten. Schreiben Sie auch auf, welche Klänge Sie als unangenehm oder gar schmerzhaft empfinden. Diese Informationen teilen Sie Ihren [Hörakustiker](#) mit. Der kann anhand dieser Infos Ihre Hörsysteme optimal einstellen.

**Erfahren und erleben Sie Akustik aktiv**



Beginnen Sie nach der Eingewöhnungsphase damit, Klänge ganz bewusst erleben. Besuchen Sie öffentliche Plätze, Messen, Kirmes, Lokale, geniessen Sie Konzerte, gehen Sie ins Theater oder Kino. Wählen Sie Plätze an denen die Akustik erfahrungsgemäß am besten ist, zum Beispiel vorne in der Mitte.

## **Hören und schauen Sie Fernsehen und Radio**



Beim Fernsehen kommt es darauf an, dass das Gerät nicht zu laut für die anderen Personen eingestellt werden muss. Regeln Sie Ihre Lautstärke am Hörgerät.

Greifen Sie auf Funk- und Bluetooth-Lösungen zurück. Das sind sehr bequeme und gar nicht mal teure Lösungen.

## **Telefonieren Sie**



Gerade das Telefonieren wird oft als schwierig empfunden. Doch hier gibt es zahlreiche Möglichkeiten, das Hören und Verstehen beim Telefonieren zu optimieren. Ihr [Hörgeräteakustiker](#) führt Ihnen die passenden Hilfsmittel gerne vor und berät Sie, welche Lösungen es speziell für Sie gibt.

Bilder:

Zeit: [annca](#) / Pixabay

Kalender: [tigerlily713](#) / Pixabay

Gespräch: [Free-Photos](#) / Pixabay

Sport: [pogo\\_mm](#) / Pixabay

Ballett: [skeeze](#) / Pixabay

Radio: [TheAngryTeddy](#) / Pixabay

Telefon: [Gellinger](#) / Pixabay

Titel: [geralt](#) / Pixabay