

★ KOSTENLOSER SELBSTCHECK ★

Hörst du noch *alles*?

Der ehrliche 2-Minuten-Check,
der dir zeigt, ob dein Gehör
nachgelassen hat.

„Weil wir es lieben, wenn Menschen sich verstehen.“

Schön, dass du dir diese 2 Minuten nimmst.

Über sein Gehör nachzudenken, kostet manchmal Überwindung. Genau deshalb ist dieser Check so gemacht, dass er dir keine Diagnose stellt – sondern dir hilft, ehrlich zu dir selbst zu sein.

Hörverlust schleicht sich leise an. Meist über Jahre. Und weil unser Gehirn die fehlenden Töne erstaunlich gut „ausgleicht“, merken viele Menschen erst dann etwas, wenn das Umfeld sie darauf anspricht: „Du hast den Fernseher aber laut!“ oder „Hast du mich gerade wirklich nicht gehört?“

Das Gute: Wer früh erkennt, dass das Gehör nachlässt, hat heute mehr und bessere Möglichkeiten als je zuvor – von kaum sichtbaren modernen Hörsystemen bis hin zu einfachen Trainings, die das Verstehen wieder spürbar verbessern.

7 Jahre

warten Betroffene im Schnitt, bis sie etwas unternehmen

1 von 4

Menschen über 50 hört nicht mehr so gut wie früher

95 %

der Hörverluste lassen sich heute sehr gut versorgen

So gehst du vor:

1. Lies jede der 10 Aussagen in Ruhe durch.
2. Hake jede an, die auf dich zutrifft – auch nur „manchmal“ zählt.
3. Zähl am Ende deine Häkchen zusammen und schau in der Auswertung nach, was dein Ergebnis bedeutet.

Wichtig: Dieser Check ersetzt keinen professionellen Hörtest – aber er gibt dir eine sehr gute erste Orientierung. Und falls du danach mehr wissen möchtest: Auf der letzten Seite findest du, wie es weitergeht.

10 Fragen aus deinem Alltag

So funktioniert's: Hake jede Aussage an, die auf dich zutrifft – auch wenn es nur „ab und zu“ ist. Sei ehrlich. Niemand sieht das außer dir.

- 1 Ich muss den Fernseher oder das Radio lauter stellen als früher – und manchmal beschwert sich jemand darüber.
- 2 In Restaurants, Cafés oder bei Familienfeiern fällt es mir schwer, Gesprächen zu folgen, wenn Hintergrundgeräusche da sind.
- 3 Ich frage öfter nach: „Wie bitte?“, „Was hast du gesagt?“ oder „Kannst du das nochmal wiederholen?“
- 4 Beim Telefonieren verstehe ich mein Gegenüber nicht mehr so gut wie früher – besonders, wenn die Stimme leise oder unklar ist.
- 5 Ich überhöre Alltagsgeräusche: die Türklingel, den Wecker, das Pfeifen des Wasserkochers, die Mikrowelle.
- 6 Frauen- und Kinderstimmen verstehe ich schlechter als tiefe Männerstimmen.

Noch 4 Fragen – fast geschafft

- 7 Ich habe das Gefühl, dass andere undeutlich sprechen oder „nuscheln“ – obwohl es sich dabei oft um verschiedene Personen handelt.
- 8 Ich ziehe mich aus geselligen Runden eher zurück, weil das Zuhören anstrengend ist und mich schnell müde macht.
- 9 Ich höre manchmal ein Pfeifen, Rauschen oder Klingeln im Ohr, das von außen niemand hören kann.
- 10 Familie, Freunde oder Kollegen haben mich schon mal darauf angesprochen, dass ich vielleicht schlechter höre als früher.

Geschafft! 🎉

Zähl jetzt die Häkchen zusammen, die du gesetzt hast. Auf der nächsten Seite erfährst du, was dein Ergebnis bedeutet.

Meine Punkte: _____ von 10

Was dein Ergebnis bedeutet

Such die Box, in die deine Punktzahl fällt – und lies in Ruhe, was wir dir empfehlen.

0–2

Dein Gehör scheint in Ordnung zu sein.

ENTWARNUNG – ABER DRANBLEIBEN

Deine Antworten zeigen kaum Auffälligkeiten. Trotzdem unser Tipp: Lass dein Gehör ab dem 50. Lebensjahr alle 2 Jahre kostenfrei prüfen. So merkst du Veränderungen früh – wenn sie noch leicht auszugleichen sind.

3–5

Es gibt erste Anzeichen, die du ernst nehmen solltest.

HÖRANALYSE EMPFOHLEN

Mehrere deiner Antworten deuten darauf hin, dass dein Gehör nicht mehr ganz das alte ist. Das ist kein Grund zur Sorge – aber ein guter Moment, eine **kostenlose, professionelle Höranalyse** bei uns machen zu lassen. So bekommst du Klarheit, ohne dich zu irgendetwas zu verpflichten.

6–10

Dein Gehör hat sehr wahrscheinlich nachgelassen.

JETZT HANDELN LOHNT SICH BESONDERS

Deine Antworten sprechen eine klare Sprache. Wichtig zu wissen: Du bist damit nicht allein – und es lässt sich heute richtig gut etwas tun. Je früher du handelst, desto leichter passt sich dein Gehirn an die Unterstützung an. Wir empfehlen dir **zeitnah eine kostenlose Höranalyse**, um zu sehen, wo du stehst und welche Möglichkeiten zu deinem Leben passen.

3 Dinge, die fast niemand übers Hören weiß

Bevor du entscheidest, was du als Nächstes tust – hier ein paar Fakten, die viele unserer Kunden überrascht haben.

1. Nicht das Ohr hört – das Gehirn hört.

Die Ohren nehmen Schall auf, aber das Verstehen passiert im Gehirn. Wenn das Gehör nachlässt, bekommt das Gehirn weniger Reize – und „verlernt“ mit der Zeit das Verstehen. Genau deshalb gilt: Je früher du gegensteuerst, desto besser bleibt dein Sprachverstehen erhalten.

2. Modernes Hören ist unsichtbar geworden.

Vergiss das Bild der dicken, beigen Hörgeräte aus den 90ern. Heutige Hörsysteme sind kleiner als eine Kaffeebohne, verbinden sich per Bluetooth mit dem Smartphone und passen sich automatisch jeder Umgebung an – ob Restaurant, Konzert oder Telefonat.

3. Gut hören schützt das Gehirn.

Studien zeigen: Unbehandelter Hörverlust ist einer der größten beeinflussbaren Risikofaktoren für Demenz im Alter. Wer sein Gehör pflegt, tut also viel mehr als „nur“ besser hören.

Was du sofort tun kannst:

Lautstärke reduzieren

Bei Kopfhörern die 60/60-Regel: max. 60 % Lautstärke, max. 60 Minuten am Stück.

Ohren schützen

Bei Konzerten, Baustellen oder Rasenmähen Gehörschutz tragen – einmal geschädigte Haarzellen wachsen nicht nach.

Gehör trainieren

Bewusst zuhören, Hörbücher in mittlerer Lautstärke, Gespräche in lauter Umgebung suchen statt meiden.

Klarheit holen

Einmal jährlich eine kostenlose Höranalyse machen – dauert 15 Minuten, gibt dir Sicherheit.

Gewissheit in nur 15 Minuten – kostenlos und unverbindlich.

Eine professionelle Höranalyse beim Hörforum Murgtal ist entspannt, schnell und sagt dir genau, wo du stehst. Ohne Verkaufsdruck. Ohne Verpflichtung. Mit ehrlicher Beratung von Mensch zu Mensch.

→ **Jetzt Termin vereinbaren**

WAS DICH BEI UNS ERWARTET

- ✓ **Klassischer Hörtest + Sprachverstehen-Messung** in entspannter Atmosphäre.
- ✓ **Ehrliche Auswertung** direkt im Gespräch – verständlich erklärt, ohne Fachchinesisch.
- ✓ **Null Verkaufsdruck:** Wenn alles gut ist, sagen wir dir das ehrlich.
- ✓ **Kostenfreies Probetragen** verschiedener Hörsysteme – ohne Anzahlung, in deinem Alltag.

UNSERE 5 STANDORTE FÜR DICH

★ Hauptgeschäft Gaggenau

Leopoldstr. 1 · 76571 Gaggenau

☎ 07225 / 91 80 88

Gernsbach

Bleichstraße 27 · 76593

☎ 07224 / 99 49 854

Muggensturm

Friedrich-Ebert-Str. 13 · 76461

☎ 07222 / 96 66 496

Durmersheim (mit Salzkabine)

Hauptstraße 121 · 76448

☎ 07245 / 91 98 611

Forbach

Landstraße 14 · 76596

☎ 07228 / 62 80 463