

Cochlea-Implantat
Erfahrungsbericht eines schwerhörig Gewordenen

Teil 3 – Neu Hören lernen: Die Nutzung des Cochlea-Implantat-Klangprozessors* ab dem 7.2.2019

Autor: Theo Hutter, Jg. 1956, thutter@hispeed.ch

Letzte Bearbeitung: 4.3. 2024 (wird sporadisch ergänzt)

Tag 1: 7.2.2019.....	2
Tag 2: 8.2.2019.....	5
Tag 3: 9.2.2019.....	7
Tag 4: 10.2.2019.....	9
Tag 6: 12.2.2019.....	11
Tag 7: 13.2.2019.....	13
Tag 10: 16.2.2019.....	13
Tag 13: 19.2.2019.....	14
Tag 18: 24.2.2019.....	16
Tag 22: 28.2.2019.....	18
Tag 27: 5.3.2019.....	19
Tag 80: 28.4.2019.....	20
Nach 3 Monaten: 15.5.2019.....	21
Nach 4.5 Monaten: 19.6.2019.....	22
Nach einem halben Jahr: 26.8.2019.....	24
Nach einem Jahr: 11.2.2020.....	26
Nach zweidreiviertel Jahren (19.9.2021).....	29
Nach fünf Jahren (4.3.2024).....	30

* Gebräuchlicher ist der Begriff «Soundprozessor» oder «Sprachprozessor». In meinen Ohren klingt «Klang» schöner. Ich benütze aktuell als Hauptgerät den «Sonnet 2» und in besonderen Situationen (z.B. beim Kite-Surfen) den «Rondo 2» der Firma MED-EL.

Tag 1: 7.2.2019

Blick zurück auf die letzten 4 Wochen

Heute ist es soweit. Das Cochlea-Implantat kann mir erstmals offenbaren, was es via den Hörnerv meinem Gehirn anbietet. Die vier Wochen Wartezeit nach der Operation waren lang. Ich beschäftigte mich in Gedanken, im Gespräch und im Traum oft mit dem heutigen Tag. Nicht immer begleitet von erwartungsvoll-freudigen Gefühlen. Die Angst, im schlimmsten Fall damit konfrontiert zu werden, dass es mit einem neuen Hören gar nichts wird, verschaffte sich in vielen Fantasien und Bildern Raum. Es gibt zwei Dinge, die mir, rückblickend gesehen, wohl geholfen hätten, etwas angstfreier durch diese vier Wochen zu gehen. Ich formuliere sie in Form einer Empfehlung für Menschen, denen diese Wartezeit noch bevorsteht:

- Lass Dir vom Chirurgen nach der Operation erklären, wie das Ergebnis war, als am Schluss der Operation die in die Gehörschnecke eingefädelteten Elektroden getestet worden sind;
- Frage den zuständigen Chirurgen noch vor der Operation, ob es sich einrichten lässt, dass nach der Operation ein Soundcheck gemacht wird. Das heisst, man würde Dir einen Klangprozessor anhängen und dich damit erfahren lassen, wie die akustischen Signale ankommen. (Ich kenne mittlerweile CI-Träger aus Deutschland, denen dies ermöglicht wurde. Noch weiter geht die medizinische Hochschule Hannover, die seit 2018 eine Frühanpassung des Klangprozessors schon 2-3 Tage nach der Operation anbietet, wenn die operationsbedingte Schwellung bis dahin soweit zurückgegangen ist, dass der Prozessor ausreichenden Kontakt zum darunter platzierten Implantat herstellen kann.)

Zum Beginn eine rein technische Messung

Und jetzt endlich geht's los. Claudia, meine Liebste, und ich befinden uns im CI-Zentrum des Unispitals Zürich, wo uns eine freundliche Klangprozessoren-Akustikerin empfängt. Sie wird mir das externe Hörgerät, den sogenannten Klangprozessor, einstellen und dann mitgeben. Zuerst aber fixiert sie nur ein Kabel an der magnetischen Stelle des Implantats an meinem Kopf. Damit wird der Widerstand gemessen, den die Elektroden des Implantats in der Gehörschnecke aufweisen. Auf dem Bildschirm erscheint eine Widerstandskurve, welche die Werte der verschiedenen Elektroden abbildet. Zu dieser Kurve spielt die Akustikerin eine weitere mit den Werten, die zum

Zeitpunkt der Operation gemessen worden waren. Diese liegt deutlich tiefer. Die Widerstandskurve werde nun jedes Mal gemessen, wenn ich bei ihr zu Besuch komme. Wenn die gemessene Kurve sich auf etwa gleicher Höhe befinde wie damals bei der Operation, dann könne daraus geschlossen werden, dass das Tonvolumen, mit dem der Hörnerv stimuliert wird, optimal sei. Auch wenn ich nicht ganz verstehe, was hier hinter den Kulissen passiert: es tönt vertrauenserweckend.

Alles Rasseln hilft nicht: Ich höre gar nichts

Ich bekomme nun ein neues Kabel an den Kopf. Es gehe jetzt darum, die Ausgangslage zu klären und zu verhindern, dass dem Mikrofon des Klangprozessors ein Ausmass an Power gegeben wird, das den CI-Träger in Angst und Schrecken versetzt. Das Hörgerät meines linken Ohres nehme ich ab und verschliesse die Ohrmuschel mit einem Gehörschutzstöpsel. Die Akustikerin schüttelt nun verschiedene kleine Büchlein, die wohl mit klingenden Dingen gefüllt sein müssen. Nur: ich höre gar nichts. Das geht noch eine ganze Weile hin und her. Sie tippt in die Tastatur und schüttelt Büchlein. Bei mir bleibt alles stumm. Erst ein erlösendes Händeklatschen bringt erstmals Töne in meinen Kopf.

Elektroden einstellen: Töne hören

Das Elektrodenkabel meines Implantats hat 12 Elektroden. Auf jede dieser Elektroden spielt die Akustikerin nun Töne, zuerst ganz leise, dann immer lauter. Die einzelnen Elektroden bespielen verschiedene Tonlagen (Frequenzen), von tiefen Lagen bis zu extrem hohen (7000 Hertz). Auf einem Blatt kann ich die von mir wahrgenommene Lautstärke anzeigen. Die Skala geht von «nichts» über «leise», «angenehm» bis zu «sehr laut». Wenn mein Finger höher als angenehm anzeigt, lässt sie es gut sein. Ich bin sehr erleichtert, dass mich auf allen 12 Kanälen Töne erreichen.

Ohrknopf an den Kopf und ich höre UND verstehe

Die Akustikerin überträgt die Einstellungen nun auf meinen Klangprozessor. So sieht der aus:



Er ist nun mein neues Ohr. Sein Mikrofon nimmt die Umgebungsklänge auf, der eingebaute Rechner «prozessiert» diese in ein Format, das vom Implantat gelesen werden kann. Auf der Unterseite hat mein Ohrknopf einen Magneten und mit diesem hefte ich ihn nun an genau diese Stelle meines Kopfes, an der selbiger seit dem 9. Januar auch magnetisch ist, weil das Implantat darunter liegt.



Und, oh Wunder, ich höre die Akustikerin zu mir sprechen. Sie spricht langsam und kräftig. Und ich verstehe sie. Allerdings auf zwei ganz unterschiedliche Arten. Auf dem linken Ohr, ohne Hörgerät, mit dessen verbleibender etwa 10-prozentiger Hörfähigkeit, in einem unscharfen, aber vollen Klangbild. Auf der Implantat-Seite mit einem leisen, dünnen Klangskelett. Dort tönt es etwa so, wie es sich anhörte, als man vor 40 Jahren mit schlechter Verbindung nach Übersee telefonierte. Ich verstehe zuerst mit dem linken Ohr und kann auf dieser Basis auch das vom Implantat gesendete verstehen. Und wenn ich nur mit dem Ohrknopf höre? Dazu decke ich das linke Ohr mit einem Kopfhörer ab und es wird schwieriger. Aber wenn Claudia langsam spricht, kann ich sie verstehen. Ich bin begeistert. Daran ändert nichts, dass die Klangfarbe ihrer Stimme völlig fremdartig ist. Ich verstehe nach zwei Jahren Sprachtaubheit des rechten Ohres erstmals wieder menschliche Sprache auf dieser Seite. Einen solch fulminanten Start habe ich nur in den kühnsten Träumen zu erhoffen gewagt.

[Hoch oben klingts so helle](#)

Auf der Rückfahrt im Zug fällt mir auf, wie ich nun dank meinem Ohrknopf hohe Tonlagen wieder deutlicher wahrnehme. Ich streiche über eine Papiertüte und höre das Knistern wie letztmals vor langer Zeit. Zuhause am Flügel sind es die

fast nie gespielten obersten vier Töne, die ich klar und deutlich höre. Der grosse Rest der Klaviatur muss noch erarbeitet werden, es scheppert grausam und Tonhöhen kann ich etwa in der Grössenordnung einer Oktave auseinanderhalten. - Und was hör ich in der dunklen Nacht? Der Schnee schmilzt und es sind die auf harten Untergrund klatschenden Tropfen, die sich, als in dieser Prägnanz lange nicht mehr gehörte Klänge, vordrängen.

Zum Abschluss noch die Tagesnachrichten

Ich bin so erleichtert und glücklich, mit meinem neuen Ohr nicht nur Lärm zu hören, dass ich es noch mit Nachrichten versuche. Mit einer sogenannten Teleschlinge verbinde ich meinen Klangprozessor via Bluetooth mit dem Nachrichtensender «Deutsche Welle», der die Original-Tagesnachrichten für Schwerhörige und Deutsch lernende in einer langsam gesprochenen Version anbietet (<https://www.dw.com/de/deutsch-lernen/nachrichten/s-8030>). Mein neues Ohr ist nun ganz auf sich allein gestellt... und kann fast zu 100 Prozent folgen. Champagner fliesst.

Tag 2: 8.2.2019

Zur Arbeit

Auf dem Weg zur Arbeit mit dem Fahrrad behalte ich den Ohrknopf am Kopf. Es ist kalt, so dass er von der Mütze fürsorglich gehalten wird. Ohne Mütze hätte ich mich nicht getraut, da der Magnet nicht sehr stark ist und der Knopf deshalb sehr schnell seinen Halt verliert. Es gibt verschiedene Typen von kleinen, diskreten Sicherheitsleinen, die im Haar, an der Kleidung oder an der Brille befestigt werden können. Aber die hab ich noch nicht getestet. Versuchsweise habe ich auch den Fahrradhelm angezogen, jedoch nur auf der Hinfahrt. Er drückt auf den Knopf. Da werd ich mir eine Spezialanfertigung basteln oder anfertigen lassen müssen.

Technische Probleme verhindern (vorerst) das Telefonieren

An der Arbeit telefoniere ich schon lange mit einer Teleschlinge, welche ich per Funk mit meinem Hörgerät verbinde und die sich ihrerseits via einen Bluetooth-Adapter mit dem Computer verbandelt. So kann ich die ganze Computerakustik direkt in mein Hörgerät holen. Dazu gehört auch das Telefonieren, das bei uns über Skype läuft. Das Problem ist die Teleschlinge. Mein Ohrknopf kann mit dem Gerät, das ich bisher für mein Hörgerät eingesetzt habe (easytek) nichts anfangen. Er bringt selber eine mit (Artone 3 Max).



easytek*



Artone 3 Max

* Claudia findet ihn schmucker.

«Max» ist von seiner Bauart her offener als easytek und sollte es deshalb auch mit meinem Hörgerät können. Der Grund dafür besteht darin, dass er die T-Spulen-Technik benützt. Diese, obwohl alt, ist immer noch zweckmässig. Und alle verstehen sich darauf. Übrigens funktionieren die sogenannten Induktionsanlagen in Kinos, Theatern etc., die Schwerhörigen den Sound direkt in ihre Hörgeräte tragen, auf dieser Technologie. Kurz und gut, mit meinem «Max» könnte ich nun also sowohl meinem Hörgerät wie meinem Ohrknopf den Computer-Sound reinspielen. Telefonieren mit zwei Ohren, eine schöne Perspektive. Aber vieles Schöne will Weile haben. Jedenfalls versteht sich «Max» nicht mit dem Bluetooth-Adapter (Plantronics BT300). Das Problem liegt hier nicht bei der T-Spule, sondern bei den Bluetooth-Anforderungen. Für heute telefoniere ich also nochmals wie gewohnt über easytek und mein Ohrknopf bekommt davon nichts mit. Derweil der Max-Support auf der Suche nach einer Lösung ist.

Fussball

Am Abend dann das wöchentliche Fussballspielen, der Jahreszeit entsprechend in der Halle. Ich freue mich, das Spezialstirnband, in das ich den Ohrknopf verstauen kann, einzusetzen. Claudia klärt mich allerdings am Nachmittag darüber auf, dass sich das Stirnband auf einer Treppenstufe räkelt.

In der Kneipe quäkt es auf mich ein

Nach dem Fussball in die Beiz. Was ich hier schon bestens kenne: ich kann trotz klassischem Hörgerät keinem Gespräch folgen, das nicht ganz direkt an mich gerichtet ist. Und der Ohrknopf hilft vorderhand überhaupt nicht weiter. Und was mich irritiert: ich kann im Knopf keine einzelnen Stimmen mehr identifizieren. Die Stimmen im Knopf sind derzeit ja Quäkstimmchen, aber immerhin konnte ich sie bisher in ruhiger Umgebung exakt dem jeweils Sprechenden zuordnen. Jetzt aber quäkt es einfach in einem völligen

Durcheinander. Auch die Stimmen der nahe bei mir Sitzenden kann ich nicht ausmachen. Zuweilen habe ich das Gefühl ich höre mehr von dem was in meinem Rücken gesagt und gelacht wird, als was vor mir von sich gegeben wird. Verstehen aber tu ich gar nichts.

Zum Abschluss deshalb wieder die Tagesnachrichten

So kann ich den Tag nicht abschliessen. Bin auch unsicher, ob mein Ohrknopf nicht schon abbaut. Also höre ich, zuhause angekommen, die langsam gesprochenen Tagesnachrichten der Deutschen Welle, von «Max» direkt dem Ohrknopf zugespielt. Zu meiner grossen Erleichterung verstehe ich alles mindestens so gut wie einen Abend zuvor. Fast ein bisschen besser, erlaube ich mir zu denken.

Tag 3: 9.2.2019

Und drei Mal fällt der Knopf

Es ist Samstag und ich beschliesse so weit wie möglich ohne mein Hörgerät am linken Ohr durch den Tag zu gehen. Ich brauche etwa drei Anläufe bis der Ohrknopf gut hält. Dass er die drei Abstürze auf den Boden heil übersteht, beweist mir seine Robustheit. Vielleicht brauche ich doch einen etwas stärkeren Magneten. Jetzt habe ich die Stärkeklasse zwei von maximal vier. Und/oder eben ein Sicherheitsleinchen.

Quäkstimme

Claudia verstehe ich, wenn sie nicht weiter weg ist als etwa zwei Meter und langsam spricht, mit ihrem feinen Quäkstimmchen. Auch mich selber höre ich auf dem Ohrknopf quäkend. Bei mir habe ich aber zuweilen den Eindruck, dass sich erste Anzeichen von Stimmbruch zeigen.

Erstes Telefonat mit dem Ohrknopf

Plötzlich höre ich einen sonderbaren Sound am Ohrknopf. Bin ich mit irgendetwas verbunden? Nein. Hä, wie ist das möglich? Spricht der Geheimdienst? Es ist das Telefon, das klingelt! Bis ich abnehme verstummt es. Ich beschliesse zurückzurufen und nur mit dem Ohrknopf zu hören, den ich mittels Max (der Teleschlinge) mit dem Telefon verbinde. Ich bitte um langsames Sprechen, kann aber trotzdem nur rudimentär verstehen was der unbekannte Anrufer zu sagen hat. Interessanterweise ist es für mich klar, dass es ein Mann ist. Und immerhin bekomme ich mit, dass eigentlich Claudia gewünscht ist. Den Namen der anrufenden Person kann ich trotz Nachfragen

nicht verstehen, ganz zu schweigen, dass ich sie vom Ton der Stimme identifizieren könnte. Er verabschiedet mich als Theo.

Klavier in den höchsten Tönen

Am Klavier machen nur die 10 obersten Töne Spass. Die aber wirklich. Sie kommen mit einer wunderbaren Klarheit daher. Wenn ich mich in dieser Klarheit nach unten vorarbeiten könnte... Dort tönt es derzeit überhaupt nicht nach Musik, eher wie ein Trommeln auf Blechbüchsen. Ich versuche es auch mit dem Hören von Jazzklassikern ab meinem Smartphone. Klare Melodiephrasen erkenne ich, der ganze Sound aber ist grässlich.

Ich muss dem Knopf die Ohren verstopfen

Am Nachmittag bin ich zu Gast bei einer Wohnungseinweihung. Viele Menschen, viele Stimmen. Schon für Normalhörende eine Herausforderung, für Schwerhörige eine Herkulesaufgabe. Gemäss den Erfahrungen langjähriger Träger von Cochlea-Implantaten wird für Ihresgleichen die Herausforderung lebenslänglich grösser bleiben. Eine technische Hilfe sind Einstellungen am Ohrmikrofon, die dieses stärker fokussiert ausrichten. Diese Technik wird auch bei klassischen Hörgeräten angewendet. Mein Ohrknopf ist derzeit noch auf die ganze Welt ausgerichtet, sodass er in solchen Gesellschaften mit Tönen regelrecht geflutet wird, wie ich schon am Tag 2 (siehe oben) festgestellt habe. Ich reduziere deshalb die Aufnahmelautstärke auf das Minimum und bin froh kann ich noch auf mein mit dem klassischen Hörgerät bestückte linke Ohr zählen. Gespräche von Angesicht zu Angesicht sind so auch im lärmigen Umfeld noch möglich, allerdings mit vielem Nachfragen verbunden.

Hörtraining im Interview

Claudia bereitet sich auf eine Prüfung vor und hat sich eine Sammlung von Prüfungsfragen mit Antworten zusammengestellt. Ich spiele den Prüfer und stelle Fragen. Mein linkes Ohr verschliesse ich mit einem Ohropax. Ich höre Claudias Antworten im Sound ihres neuen leisen Quäkstimmchens und verstehe sie. Das Sprechtempo muss sie nicht mehr stark drosseln. Fachbegriffe nötigen mich zuweilen nachzufragen. Natürlich hätt' ich's gern etwas lauter. Die Lautstärke meines Ohrknopfes habe ich allerdings bereits auf dem Maximum. Das Einstellen geht über die nachstehend abgebildete Fernbedienung.



Ich kann hier zwischen vier Programmen wechseln. Aktuell unterscheiden sich diese nur im Lautstärkeniveau. Mehr Power kann mir erst die Akustikerin vom CI-Zentrum in Zürich verschaffen. Den nächsten Termin habe ich allerdings erst in 10 Tagen.

Tag 4: 10.2.2019

Zwei Hörwelten, die sich noch nicht Freunde sind

Mein Hören hat sich mit dem Ohrknopf um eine zweite Welt erweitert. Hören als Selbstzweck betrachtet könnte man sich über diese Erweiterung einfach nur freuen. Aber meistens möchte ich mich mittels Hörens orientieren und verständigen und zwar am liebsten eindeutig und unmissverständlich. Da ist Koordination zwischen diesen beiden Welten gefragt, am liebsten mit Synergieeffekt. Das funktioniert noch nicht gut. Zum Beispiel heute, wo ich am linken Ohr kein Hörgerät trage und dieses somit zum Verstehen von Sprache keinen grossen Beitrag leisten kann. Wenn mich Claudia anspricht, versuche ich reflexartig trotzdem, zuerst mit dem linken Ohr zu verstehen. Verständlich, hatte dieses doch die vergangenen Jahre klar den Lead, die letzten zwei Jahre unterstützt durch eine schallverstärkende Hörhilfe. Der Nachteil ist jetzt nur, dass es nichts Verständliches mehr zu bieten hat. Nur ist der mit dem neuen Ohr empfangene Klang nun aber schon unauffindbar verfliegen. Mit dem neuen Ohr hören, heisst derzeit also, mich voll auf dieses mit seinen leisen und dünnen Inhalten zu konzentrieren. Dabei ist zusätzliche Energie nötig, mich

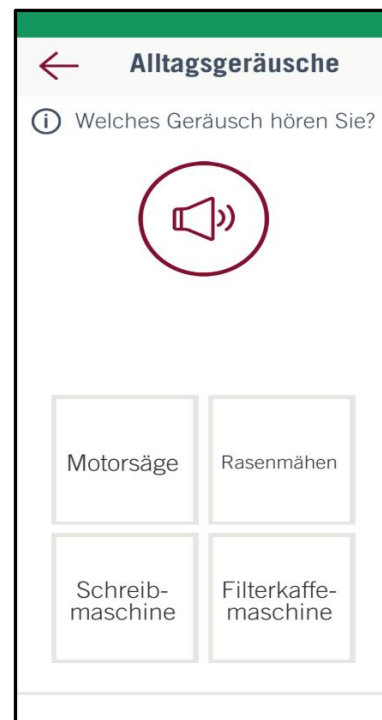
nicht vom vollen, aber unverständlich geknüpften Klangteppich, der links hereingerollt wird, ablenken zu lassen.

Hörtraining mit der App von Asklepios

Das ist eine von der Firma Asklepios entwickelte kostenlose Hörtrainings-Apps, die ich aktuell benütze. Asklepios ist ein Grossunternehmen, das etwa 160 Kliniken in Deutschland betreibt. Das Einsetzen von Cochlea-Implantate gehört auch zu ihrem Angebot.

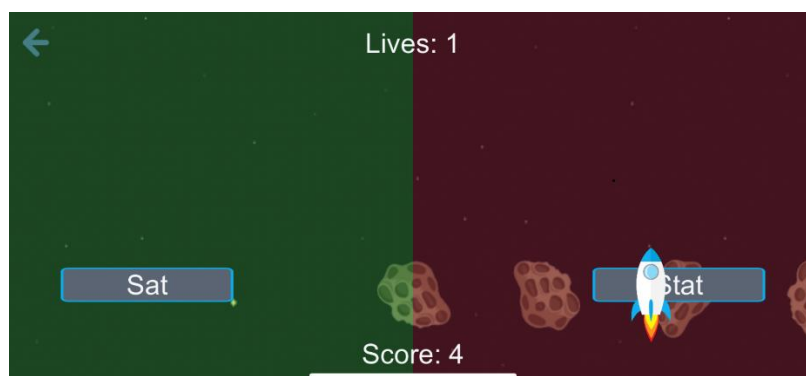
Die App bietet ausser Übungen zu Alltagsgeräuschen weitere zur Bestimmung der Anzahl Silben oder Worten in einem gesprochenen Satz, zum Verstehen von Zahlen, Preisangaben und Uhrzeiten, zum Heraushören von Vokalen oder Konsonanten aus vorgesprochenen realen oder Nonsens-Wörtern und weiteres mehr.

Die App ist für mich ein guter Einstieg.



Hörtraining mit Hearoes

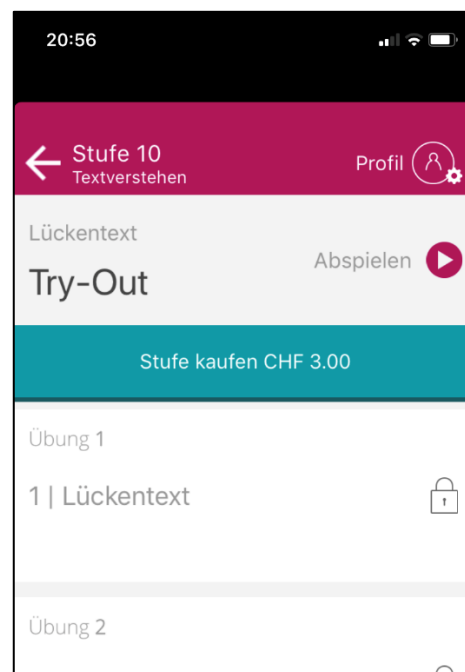
Hearoes ist eine amerikanisch-englische Trainings-App, die Schwerhörige zu «Hörhelden» machen möchte. Die Entwicklung wurde von einem Cochlea-Implantat-Träger angestossen. Für Deutschsprachige ist sie eine besondere Herausforderung. Die App versucht es mit Game-Elementen unterhaltsam zu machen. Im untenstehenden Fall bin ich gerade dabei, mein letztes Leben zu verlieren, weil ich das gesprochene Sat für ein Stat gehalten habe. Auch Heldentum will Weile haben.



Tag 6: 12.2.2019

Hörtraining mit der App ListenUp!

Das ist eine App der Firma MED-EL, die Cochlea-Implantate und Kangprozessoren herstellt. Ich bin Kunde bei ihr. Ob Kunde oder nicht, die App ist kostenpflichtig. Der Gesamtpreis ist Fr. 25. Ich musste bei MED-EL nachfragen, um dies herauszufinden. Es ist in der App notiert, aber sinngemäss im Kleingedruckten. Was man sofort sieht, ist der Sachverhalt, dass man jede der 10 Stufen für je zwei bis vier Franken kaufen kann. Jede Stufe kann mit einem Gratisbeispiel (Try-Out) ausprobiert werden. Die Übungen gefallen mir. Und auch die vielen Variationen, die eingestellt werden können, sind hilfreich: mit/ohne Störlärm; mit/ohne eingeblendete Antworten beim Abspielen der Hörinputs; Männer- oder Frauenstimme.



Telefonieren mit dem Ohrknopf ist NUR lustig

Ich telefoniere mit meiner Tochter Vanja, erstmals mit Beteiligung meines neuen Ohres. Die Telefonstimme wird via «Max» sowohl auf mein klassisches Hörgerät wie auch auf den Hörknopf geleitet. So verstehe ich bestens. Dann schalte ich das klassische Hörgerät aus. Als erstes bekomme ich einen Lachanfall, ausgelöst durch das extraterrestrische Fistelstimmchen meiner Tochter. Einfach nur köstlich diese neuen Töne. Als ich mich wieder auf's Hören konzentrieren kann, gelingt es mir nicht, mehr als einzelne Wortfetzen zu verstehen und ich muss wieder auf die zweikanalige Stimmübertragung umstellen.

Wirklich praktisch, die Energieversorgung des Ohrknopfs

Hörgeräteträger sind in aller Regel ja Grossverbraucher von Batterien. Bei meinem klassischen Hörgerät brauchte ich bisher etwa alle drei Tage neue Batterien. Jeden Abend hatte ich sie aus dem Hörgerät zu entfernen, weil sie in der Entfeuchtungsbox, in die ich sie über Nacht jeweils deponiere, Energie

verlieren würden. Wann die das Auswechseln der Batterie ankündigende Signalmelodie des Hörgerätes auftritt, sehe ich nicht voraus. Dumm nur, wenn ich gerade in einer Besprechung bin. Die Restlebensdauer der Batterie beträgt nach dem ersten Eintreffen des Signals noch maximal 10 Minuten.

Als ich mich für einen CI-Klangprozessor entscheiden musste, bestand vor diesem Hintergrund ein attraktiver Punkt des Rondo 2 darin, dass er von einem Akku mit Energie versorgt wird. Dieser muss zum Aufladen nicht aus dem Gerät geklaubt werden. Ich lege den Knopf vor dem Einschlafen einfach auf den Energieteller (siehe Bild), der dessen Tank innerhalb von etwa vier Stunden



(Angaben des Herstellers) randvoll auffüllt. Eine Tankfüllung soll 18 Stunden halten. Bis jetzt kann ich keine, dieser Behauptung widersprechende Erfahrung vermelden. Seit nunmehr fünf Tagen trage ich den Ohrknopf etwa um die 16 Stunden pro Tag. Sehr angenehm ist, dass ich mir tagsüber keine Gedanken dazu machen muss, dass der Sprit ausgehen könnte. Allerdings heisst es im Produktehandbuch: «Die Batterielaufzeit nimmt mit der Zeit ab. Das ist bei allen Arten wieder aufladbarer Batterien der Fall.» Dann hoff ich mal, dass die aktuelle, komfortable Situation noch lange anhält.

Schock: Höre deutlich schlechter

Zum Abschluss des Tages... ja genau, die langsam gesprochenen Nachrichten der Deutschen Welle. Aber was ist los? Ich verstehe kaum etwas und es ruckelt zwischen den Worten und Sätzen. Ist die Internetverbindung faul? Zum Test starte ich eine Hörtrainings-App, die ohne Internet arbeitet. Und auch hier: was ich bisher mühelos verstand, ist plötzlich ein unverständliches Gebrabbel. Düstere Gedanken prasseln auf mich ein: Ist das Elektrodenkabel in der Hörschnecke verrutscht, vielleicht beim heftigen Niesanfall, den ich heute hatte? Ist nun alles vorbei? Ich teste auch noch den Ohrknopf auf Funktionsdefekte, mit einem speziellen Werkzeug, das zu seinem Zubehör gehört. «Ohrknopf funktioniert einwandfrei», meldet dieses zurück. Jäh platzt meine Einstellung, dass es jetzt nur aufwärts gehen kann mit dem Hören, wie

eine Seifenblase. Es ist schon spät abends und der Gedanke, dass vielleicht der Akku-Tank auf Reserve läuft, gibt mir Hoffnung, dass mit meinem neuen Ohr doch noch alles in Ordnung sein könnte. Oder ist der Akku von «Max», der Teleschlinge, allenfalls am schwächeln? Und tatsächlich, am nächsten Morgen, die Tönke von Ohrknopf und «Max» sind gefüllt, höre ich sowohl die Nachrichten wie die Hörtrainingsätze wieder in «alter» Verständlichkeit. Uf, bin ich froh.

Tag 7: 13.2.2019

Bei der Audiologin

Ich habe mich für unterstützende Beratung in Sachen Hörtraining bei einer Audiologin angemeldet. Heute ist der erste Termin. Es stellt sich heraus, dass die Audiologin jemand erwartet hat, der noch kaum etwas hört mit dem neuen Ohr. Sie ist bass erstaunt, dass ich bereits langsam gesprochene Nachrichten verstehe. Ich bin meinerseits erstaunt über Ihr Erstaunen, da ich mittlerweile doch schon einige CI-Träger kennengelernt habe, deren Hörvermögen sich nach der Erstanpassung des neuen Ohrs ähnlich wie bei mir entwickelt hat. Als sie erfährt, dass ich zahlreiche Hilfsmittel auf die sich mich hinweist (z.B. Hörtrainingsapps), schon kenne und benütze, meint sie, dass ich sie wohl nicht lange brauche. Das sehe ich auch so. Ich vereinbare keine weiteren Termine.

Zweistimmiges Hören im Ohrknopf

Die Stimme des Langsam-Sprechers der Nachrichten der Deutschen Welle ist markant tiefer geworden. Interessanterweise höre ich seine hohe Fistelstimme aber immer noch im Hintergrund. Faszinierend diese Transformation des Hörens live miterleben zu können.

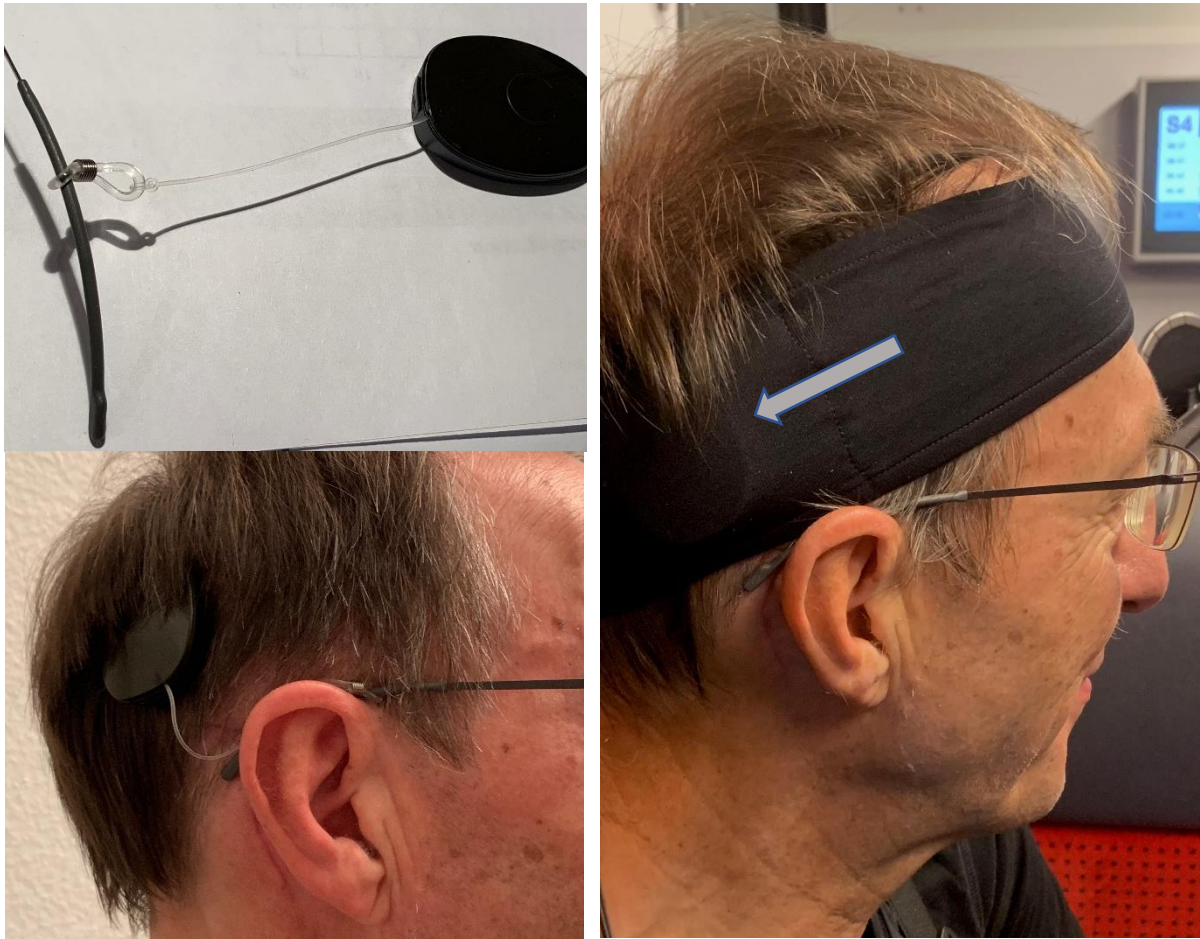
Tag 10: 16.2.2019

Bleib schön am Kopf, Knopf!

Heute im Zug merke ich, dass ich vergessen habe, meine Tageskarte abzustempeln. Also bei der nächsten Haltestelle schnell raus und das Versäumte nachholen. Als ich losspurte geht das dem Ohrknopf zu schnell bzw. die Kraft seines Magneten ist kleiner als die Beschleunigungsenergie und der Knopf segelt zu Boden. Zum Glück kommt er auf den Perron zu liegen und springt nicht unter den Zug auf die Geleise. Das soll nicht noch einmal

passieren! Dass dem so werde, sehe ich derzeit die folgenden Optionen in bewegten Situationen:

- 1) einen stärkeren Magneten (werde ich mir von der Klangprozessor-Akustikerin am 19. Februar einbauen lassen);
- 2) eine Brillenschlaufe (MED-EL), die den herunterfallenden Knopf auffängt (Bilder links);
- 3) ein Stirnband (MED-EL) mit Einliegetasche für den Knopf.



Das Stirnband hat seinen Test beim Hallenfussballspiel vor zwei Tagen mit Bravour bestanden.

Tag 13: 19.2.2019

Die Akustikerin schraubt ein zweites Mal am Ohrknopf

Heute ist der zweite Besuch bei meiner derzeit wichtigsten Bezugsperson in der Welt der Cochlea-Implantat-Profis. Ich schildere ihr meine Hörerlebnisse. Punkte Schnelligkeit beim Sprachverstehen nehme ich, wie sie sagt, den

Spitzenplatz in ihrem Erfahrungsrepertoire ein. Die Widerstandmessung der Elektroden zeigt ihr, dass Schub gegeben werden kann. Ich verlasse die Klinik mit deutlich mehr Lautstärke in meinem Kunstohr und einem stärkeren Magneten. Wobei ich den schwächeren mit nach Hause nehmen kann, zusammen mit einem Werkzeug, das es für die Magnetauswechslung braucht.

Zuviel des Guten?

Auf dem Rückweg im Zug suche ich auf dem Smartphone meine Trainingsapps und -seiten auf und stelle fest, dass ich zwar lauter höre, aber nicht eindeutig besser. Bestimmte Geräusche wie zum Beispiel «Vogelgezwitscher» höre ich deutlicher und natürlicher. Sprechakte jedoch haben wie eine Art Echo bekommen. Das stört das Verstehen, weil das Echo das bereits Gesagte undeutlich wiedergibt und dem nachfolgend Gesagten Raum wegnimmt. Vielleicht hatte ich bei der Neueinstellung des Gerätes etwas übertrieben. Als ich, wie schon beim ersten Mal, für jede Elektrode einen Ton zugespielt bekommen hatte und angeben musste, wann dieser von der Lautstärke her nicht mehr «angenehm» ist, wartete ich immer noch ein bisschen dies zuzugeben. Ich wollte unbedingt genug Lautstärke mit nach Hause nehmen. Die Akustikerin bemerkte dann auch abschliessend, dass die Lautstärke nun ganz markant gesteigert sei. Zu stark? Ich nehme nochmals Kontakt mit der Akustikerin auf und sie empfiehlt mir, die Lautstärke manuell runterzuschrauben, was mit der Fernbedienung möglich ist. Und in der Tat, die Echoeffekte verschwinden. Nur bin ich nach meiner Einschätzung jetzt wieder dort, wo ich schon vor der zweiten Anpassung war. Wäre ja so schön gewesen: Lautstärke rauf und schwups höre ich wie früher. Jedoch die Lektion ist klar: Die Verbesserung meines Hörvermögens wird langsamer gehen, wobei ich ja im Quervergleich scheinbar super schnell bin. Vielleicht sollte ich es auf ein grosses Plakat schreiben und an die Wand heften: Du hörst auf Deiner rechten Seite wieder und verstehst Sprache!

Was ist eigentlich neu und anders mit einem CI-Ohr?

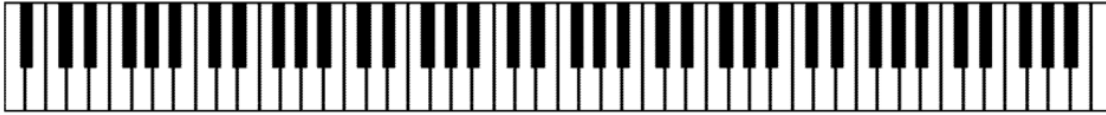
Von Ärzten und Akustikern wird man im Vorfeld einer Cochlea-Implantat-Operation darauf hingewiesen, dass man neu Hören lernen müsse. Vergleichbar mit dem Lernen einer neuen Sprache, wird dann zuweilen gesagt. Ich habe nun seit bald zwei Wochen die Gelegenheit mir live ein Bild davon zu machen, was hier nun genau neu und anders ist beim Hören mit einem künstlichen Ohr. Das Bild vom Lernen einer neuen Sprache ist für mich, gerade was das Verstehen von Sprache anbelangt, überhaupt nicht stimmig. Der Sprachklang vertrauter Menschen ist zwar völlig neu. Ich würde wohl kaum

jemanden meiner Nächsten wiedererkennen, unterhalte ich mich mit verbundenen Augen und hätte nur mein CI-Ohr zur Verfügung. Der Sprachinhalt aber unterscheidet sich nicht fundamental. Eigentlich logisch, denn dieser zeichnet sich ja gerade dadurch aus, dass er von individuellen Aussprachemustern unabhängig ist. Das macht Sprache erst zu einem derart wirkungsvollen Kommunikationsmittel. Die Rede vom «völlig anderen» trifft auf Musik jedoch zu. Ich spiele seit Kindsbeinen Klavier, kann derzeit beim Hören von Klaviermusik aber nicht erkennen, dass diese von einem Piano stammt. So höre ich auch mich, wenn ich hier und heute selber Klavier spiele, simultan in zwei Versionen, die nicht sehr viel miteinander zu tun haben. Auch alle Musik, die mit Klangteppichen arbeitet, ist für mich nicht wiederzuerkennen. Das trifft auf die meiste orchestrale Musik zu. Mani Matter-Lieder jedoch erkenne und verstehe ich, weil sie Sprechgesang sind. Auch bei Stücken mit einer dominanten Melodie ist es möglich, diese mindestens ansatzweise herauszuhören. Bei Weitem nicht in der von früher gewohnten Klangfülle, aber ihren «Sprachinhalt» sozusagen. So bin ich nun nicht nur gespannt, wie sich das Hören von Sprachklängen weiterentwickelt, sondern noch weit mehr, inwieweit mein Gehirn in der Lage sein wird, die über den Ohrknopf einströmenden Signale als Musik im gewohnten Stil zum Klingen zu bringen.

Tag 18: 24.2.2019

Musik 1: Jetzt mal genau hinhören

Das Klavierspiel mit dem neuen Ohr klingt nachwievorn sehr ungewohnt. Um das Ungewohnte etwas konkreter zu fassen und dessen Entwicklung gezielt zu verfolgen, habe ich die folgende Versuchsanordnung definiert. Ich spiele die Melodie von «Hänschen klein, ging allein, in die weite Welt hinein...» Oktave für Oktave, wobei ich das linke Ohr, das mit dem Resthörvermögen, zuhalte. Ich konzentriere mich darauf, wahrzunehmen, inwieweit die Melodie, so wie ich sie mit dem Ohrknopf höre, stimmt und was für ein Klangbild sich zeigt. Und das sind die Ergebnisse des ersten Versuchs:



Kontra-Oktave | Grosse Okt. | Kleine Okt. | Eingestr.Okt | Zweigestr.O | Dreigestr.O | Viergestr.O

Viergestrichene Oktave: die Melodie stimmt, die Töne sind rein und klar.

Dreigestrichene Oktave: die Melodie stimmt nicht mehr ganz. Das untere C hat einen Hall gegen oben. Diesen kann man sich als aufsteigend gesungenes «bou» vorstellen.

Zweigestrichene Oktave: die Melodie ist noch unstimmiger. E und G haben einen ausgeprägten «bou»-Effekt. Das D ist besonders auffällig; es tönt deutlich höher als seine höheren Tastennachbarn.

Eingestrichene Oktave: die Melodie bleibt unstimmig. Die Töne haben ab dem As (nach unten) etwas Scheppriges. Auch hier ist das D besonders auffällig; es ist ebenfalls höher und hat den Effekt eines aufsteigend gesungenen «boi». Wenn ich die weissen Tasten dieser Oktave, angefangen vom oberen C nach unten spiele, ergibt sich etwa diese Tonhöhenabfolge:



Kleine Oktave: Die Melodie ist nicht zu erkennen. Die Töne haben einen Wellblechhall. Der Ton des unteren C hat einen langen Nachhall bei dem sich die Tonhöhe gegen oben und unten verändert.

Grosse Oktave: Dito. Das untere C hat eine grössere Fülle als die anderen Töne dieser Oktave.

Kontra-Oktave: Dito. Die Töne haben kein Bassvolumen. So tönt es, stelle ich mir vor, wenn ein starker Wind durch einen zerfransten Karton bläst.

Musik 2: Rückzug aus dem Klein-Ensemble

Seit Jahren bilden Urs und ich ein kleines Ensemble: Er am Cello oder Bass, ich am Klavier. Wir spielen einerseits Musik nach Noten und improvisieren andererseits. Seit einem Jahr gehen wir zu einem Jazz-Musiker in den Unterricht, um uns neue Impulse zu holen. Der Rückgang meines Hörvermögens hat meine Freude am Spiel in den letzten Monaten vor der CI-Operation zunehmend geschmälert. Das Klangbild wurde ärmer. Im typischen Melodiebereich der Klaviertastatur konnte ich benachbarte Töne nicht mehr

auseinanderhalten. Nun bringt mein Kunstohr Töne in mein Gehirn, die einzigartig sind und zwar im wörtlichen Sinn. Nur ich höre sie und ich kann sicher sein, dass in den Köpfen von Urs und unserem Jazz-Lehrer nichts Vergleichbares abgeht, wenn wir miteinander musizieren. Das sind keine idealen Voraussetzungen, gemeinsam Musik zu machen. Es ist etwa so, wie wenn ich als Mitglied in einem Debattierclub einerseits anfangen würde, undeutlicher, unachtsamer und fehlerhafter zu sprechen, und andererseits, was gesprochen wird, nur noch undeutlich und verzerrt zu hören bekomme. Wie weiter? Wenn ich mich auf die attraktiven Szenarien beschränke, sehe ich deren zwei:

- a) Mein Gehirn lernt, die von meinem Kunstohr empfangenen musikalischen Signale in etwa so zu empfangen, wie sie auch bei Normalhörenden ankommen.
- b) Ich ziehe mich musikalisch in meine einzigartig-eigene Klavier-Hörwelt zurück und finde Gefallen an ihr.

Beiden Szenarien ist gemeinsam, dass sie, mindestens in der nächsten Zeit, einen Alleingang bedeuten. Dazu brauche ich eine Auszeit bei unserem Klein-Ensemble, die es zu nutzen gilt, meinem Gehirn musikalische Nahrung solistisch zu verabreichen. Ich glaube, dass es auf diese Weise besser lernen kann. Es bekommt zum einen ein reduzierteres Klangspektrum, das zudem klarer mit Klang-Erinnerungen in Verbindung zu bringen ist. Zum andern fällt der Stress weg, der durch die Konfrontation mit der beschränkten Fähigkeit musikalisch zu kommunizieren, entsteht.

Tag 22: 28.2.2019

Neu: Telefonieren mit dem Ohrknopf

Heute kann ich erstmals Telefonate nur mit dem Ohrknopf führen. Das braucht eine höllische Konzentration und ab und zu muss ich darum bitten, langsamer zu sprechen. Aber ich kann die Gespräche zu Ende führen ohne mein zweites, klassisch versorgtes Ohr, zu Hilfe zu ziehen.

Neu2: Normal gesprochene Nachrichten verstehen

Von den langsam gesprochenen Nachrichten der deutschen Welle kann ich mich nun verabschieden. Der Versuch, die normalen Nachrichten zu verstehen, gelang. Das Gesellenstück bildete das Echo der Zeit. Zugehört habe ich wie immer mit der Teleschlinge, die den Sound direkt auf den Ohrknopf überträgt.

Ich bin sehr gespannt, ob es auch über die Lautsprecherbox funktioniert. Dazu muss ich mich gedulden. Meine Musikanlage hat den Geist aufgegeben und befindet sich noch in der Reparatur.

Tag 27: 5.3.2019

3. Anpassung des Ohrknopfs

Angepasst wird wiederum die Lautstärke, mit der die einzelnen Elektroden beschallt werden. Es zeigt sich, dass die Elektrode 12, sie ist für die allerhöchsten Frequenzen zuständig, nicht anspricht. Auf der Elektrodenschnur liegt sie am Schluss. Vermutlich konnte nicht die ganze Schnur in der Hörschnecke untergebracht werden, sodass sie nun keinen Kontakt zum Hörnerv bekommt. Die Akustikerin empfiehlt, sie trotzdem noch nicht abzuschalten, vielleicht findet sie ja doch noch Anschluss. Da ich in meiner bisherigen CI-Hörbiographie gerade die hohen Töne auffällig gut mitbekomme, mache ich mir keine allzu grossen Sorgen.

Bilanz nach einem Monat mit dem neuen Ohr

- Ich kann mich mit dem neuen Ohr und ohne Hörgerät am linken Ohr in ruhiger Umgebung gut mit jemandem unterhalten;
- Die Stimmen, die mein neues Ohr hört, sind zum Teil etwas tiefer geworden, liegen jedoch nach wie vor in höheren Tonlagen und haben ein deutlich dünneres Volumen als ich dies vom Hören ohne Hörgerät oder mit dem klassischen Hörgerät her kenne;
- Ich verstehe normal gesprochene Nachrichten, die per Funk direkt in meines Neues Ohr strömen, zu etwa 90 Prozent;
- Im Arbeitsalltag unterstützt mein neues Ohr das klassisch versorgte linke Ohr, wobei letzteres nach wie vor den Hauptbeitrag leistet;
- In Arbeitsgruppen ist es nach wie vor nötig, dass meine Gesprächspartner mein Mikrofon in Sprechnähe haben, welches ihren Sprech per Funk an meine beiden Hörgeräte übermittelt;
- Musik tönt in meinem neuen Ohr völlig anders als ich mir das gewohnt bin und wie ich es mit den linken Ohr ansatzweise noch hören kann.
- Klavier zu spielen ist mit dem neuen Ohr ein Eintauchen in disharmonische Klänge. Auf einen Klanggenuss, wie ich es mir beim täglichen Spielen seit vielen Jahren gewohnt war, muss ich (vorerst?) vollständig verzichten. Allerdings hatte der Klanggenuss bereits mit der klassischen Hörversorgung

kontinuierlich abgenommen, da ich die Töne in den mittleren und höheren Tonlagen immer weniger deutlich hörte und auch das Klangbild ausdünnte.

Tag 80: 28.4.2019

Das CI wird alltäglich

Dass ich lange Zeit keinen Eintrag mehr verfasste hat einerseits damit zu tun, dass es alltäglich geworden ist, mit meinem Kunstohr durch die Welt zu gehen. Andererseits habe ich keine neuen Erfahrungen gemacht, die mir mitteilungswert erschienen sind.

Vergleich zu meiner Bilanz am Tage 30

- In ruhiger Umgebung kann ich mich auch ohne mein klassisches Hörgerät mühelos verständigen; auch telefonieren geht sehr gut, mit beiden «Ohren» über die Teleschlinge eigentlich perfekt.
- Mein Kunstohr nimmt Stimmen in deutlich tieferer Tonlage auf. Sie sind aber immer noch deutlich dünner als beim normalen Hören. Der Beitrag meines linken Ohres (auch ohne Hörgerät) besteht vor allem darin, dem Sprechklang mehr Volumen zu verleihen. Einen Hörbuchsprecher verstehe ich - via Teleschlinge mit meinem klassischen Hörgerät - kaum noch. Mit dem Kunstohr jedoch schon. Im Zusammenspiel von Kunstohr und klassischem Hörgerät ist die Hörqualität am besten.
- «Normale» Nachrichten wie zum Beispiel das «Echo der Zeit» verstehe ich auch mit dem Kunstohr allein mittlerweile mühelos. Nur wenn Interviewpassagen mit schlechter Tonqualität eingespielt werden, entgeht mir einiges.
- Im Arbeitsalltag ist das Kunstohr meinem linken Ohr mittlerweile klar überlegen.
- In Arbeitsgruppen bekomme ich mir mit, aber ich muss nachwievor mein Mikrofon einsetzen, um genug mitzubekommen.
- Lärmige Umgebungen (z.B. in Restaurants) bringen mich nach wie vor um einen Grossteil des Sprachverständnisses. Ein bisschen mehr als am Tage 30 glaube ich jedoch mitzubekommen.
- Klavier spielen und Musik hören bietet nachwievor keinerlei Genuss. Ich glaube, dass ich mich mit dem Gedanken anfreunden muss, mit dem Klavierspiel aufzuhören. Der Kontrast zu meinen schönen Erinnerungen ist so riesig, dass ich kaum mehr Lust habe, mich an meinen Flügel zu setzen.

Nach 3 Monaten: 15.5.2019

Erster Hörtest

Hier zuerst die Ergebnisse, wobei jeweils der Prozentsatz des korrekt Gehörten angegeben ist:

Test	Linkes Ohr (mit klassischem Hörgerät)	CI-Ohr
Geschlecht der sprechenden Person erkennen	100%	100%
Zahlen	95%	100%
Vokale	47%	93%
Konsonanten	58%	92%
Einsilbige Wörter	45%	85%
Einsilbige Wörter 2	25%	95%
Oldenburger Satztest (ohne Störgeräusch)	44%	80%
Oldenburger Satztest (beide Ohren)	86%	

Die Ergebnisse zeigen, dass mein Kunstohr seinen Stiefbruder zur Linken deutlich überflügelt. Spannen die beiden zusammen, sind sie allerdings besser als jeder allein.

Die Testergebnisse meines Kunstohrs nach drei Monaten sind gemäss der Akustikerin besser als die durchschnittlich gemessene Leistung von CI-Trägern nach einem Jahr.

Hörerfolg im Theater

Drei Tage nach dem Hörtest besuchte ich die Aufführung von Joachim Rittmeyer, einem Schweizer Kabarettisten. Ich hatte mein Mikrofon dabei und vom Theaterdirektor die Erlaubnis, dieses auf die Bühne zu legen. Via Funk hätte ich dann das vom Mikrofon aufgefangene auf meine Hörgeräte übertragen können. Soweit kam es dann aber nicht, weil ich das Mikrofon aus Versehen den ganzen Tag eingeschaltet gelassen hatte und sein Akku in der Folge leer war. Meine Enttäuschung legte sich aber bald, als ich zu meiner Überraschung feststellte, dass ich Rittmeyer grossmehrheitlich verstand.

Nach 4.5 Monaten: 19.6.2019

Das Plätschern der Brandung

Erstmals höre ich mit meinem CI-Ohr das Meer. Live, in der kleinen Bucht einer griechischen Insel donnern die Wellen vor meine Füße. Die Brandung grollt, sagt mein Gehirn. Zu meinem Entsetzen verstummt diese grollende Geräuschkulisse, die selbst meinen Körper ins Vibrieren zu bringen scheint, mit einem Schlag sobald ich mein linkes Ohr zuhalte. Die von meinem CI-Ohr wahrgenommenen Geräusche tönen nach einem Gebirgsbächlein, das in seinem steinigen Bett ruhig dahinplätschert und mitgeführte kleinen Steinchen in hohen Tonlagen zum Klingen bringt. Auch das Gefühl von der Brandung in Vibration versetzt zu werden verschwindet unvermittelt. Ich bin schockiert und bitte meine Akustikerin um eine Erklärung. Vielleicht lasse sich mit geänderten Einstellungen des Prozessors was machen, meint sie. Wir werden im August sehen. – Ich frage im CI-Forum, ob langjährige CI-Träger das Grollen der Brandung hören können. Um sicher zu sein, dass wir vom gleichen sprechen, offeriere ich einen Link auf eine Audio-Datei, auf welcher die grollende Brandung zu hören ist, wie ich mit meinem linken Ohr feststelle:

<http://soundbible.com/1935-Ocean-Waves.html> . Insbesondere die folgende Antwort eines Forumsmitglieds lässt sich mich glauben, dass es grundsätzlich möglich ist, mit einem CI-Ohr die Brandung in ihrem Grollen zu hören: «Also, ich habe mal gerade reingehört! Ja, ich kann das hören. Ziemlich klar und deutlich und auch recht laut. So, wie ich es auch als "Grollen der Meeresbrandung" bezeichnen würde.»* Ich kann also hoffen, dass mein Gehirn lernt, solche Geräusche irgendwann in ihrer grollenden Tiefe hören zu können. Interessanterweise kann ich auf der Klaviertastatur auch den tiefsten Ton hören. Nicht so tief, wie ihn mein linkes Ohr hört, aber deutlich tiefer als die Geplätschertonlage in der ich derzeit die Meeresbrandung höre.

* Die ganze Diskussion findet sich hier: <https://dcig-forum.de/forum/index.php?thread/4435-das-grollen-der-brandung-oder-vom-h%C3%B6ren-tiefer-t%C3%B6ne/&postID=64275#post64275>

Grillenzirpen macht sich breit

Auf unserer griechischen Trauminsel sitze ich mit Claudia in grosser Ruhe. Einzig das leise, ununterbrochene Zirpen von Grillen ist zu hören. Als Claudia nun etwas zu mir sagt, verstehe ich Sie kaum. Ihr Sprechen ist wie in Watte gehüllt. Die Watte fällt ab, als Zikaden in mittleren Tonlagen laut zu Tröten

beginnen. Dieser Grilleneffekt tritt noch oft auf. Die Akustikerin, der ich auch dieses Phänomen unterbreitet habe, meint dazu: «Das Gehirn befindet sich ja noch in der Lern-/Adaptionsphase. Auf Geräusche, hier in diesem Fall die zirpende Grille, reagiert die Wahrnehmung stärker. Wenn dann ein anderes Signal kommt (in diesem Fall Sprache ihrer Partnerin), dann wird die Wahrnehmung weg von den zirpenden Grillen auf die Sprache gelegt. Bei diesem Wechsel kann es sein, dass gewisse Information verloren geht, aufgrund der selektiven Wahrnehmung.»

Künstliche Ohrmuschel bauen?

Unsere Feriennachbarn sind Engländer. Der Smalltalk mit Ihnen stellt höhere Anforderungen an mein Hören. Englische Sprache kommt unter dem Jahr ja kaum je an mein Ohr. Ich bin enttäuscht festzustellen, dass ich grösste Mühe habe, Judy und Allen zu verstehen. Unwillkürlich halte ich einmal meine Hand hinter den Ohrknopf, so wie man sie als Normalhörender manchmal hinter die Ohrmuschel setzt, wenn man Mühe hat, etwas zu verstehen. Und höre da, die Sprachlaute kommen deutlich klarer und differenzierter bei mir an. Ich teste das noch in verschiedenen Situationen und der Effekt lässt sich wiederholen. Wäre es nicht sinnvoll, dem Ohrknopf eine Art kleine Ohrmuschel zu verpassen, eine, die man bei Bedarf auch wieder abnehmen könnte? Ich bastle mal auf die Schnelle etwas in diese Richtung (siehe Bild).



Und tatsächlich, auch dieses Ohrmuschelpapierchen erzeugt den gleichen Effekt. Ich nehme daraufhin mit MED-EL, der Herstellerfirma meines Ohrknopfs, Kontakt auf und will wissen, ob Versuche laufen, in diese Richtung etwas zu konstruieren. Die Antwort lautet nein, jedoch ist man bereit, meine Idee der Entwicklungsabteilung der Firma zu unterbreiten. Ich bin gespannt auf die Antwort. Zu ergänzen ist, dass nach meiner Beobachtung die Hersteller primär daran arbeiten, die Hör-Mikrofone zu befähigen, den Schall fokussiert aufzunehmen. Ich habe für meinen Ohrknopf beispielsweise solche Funktionen zur Verfügung. Diese probiere ich auch laufend aus, insbesondere in lärmigen

Situationen. Zum Beispiel in einem Restaurant, wo Musik ertönt und Gerede von allen Seiten. Die Funktionen, die mir zur Verfügung stehen, haben mir aber bisher nur wenig geholfen, in solchen Situationen das Sprechen meiner Gesprächspartner besser zu hören. Das Simulieren der Ohrmuschel mit der Hand hinter dem Hörknopf hat bisher das eindeutig beste Ergebnis gezeigt. Allerdings ist diese Methode im Dauereinsatz ermüdend und wegen der eher irritierenden Wirkung für Dritte nicht besonders attraktiv.

Nach einem halben Jahr: 26.8.2019

Optimierung des Sprachverstehens mit weiteren Hilfsmitteln

In den letzten zwei Monaten habe ich keine weiteren markanten Verbesserungen mehr festgestellt. Das bedeutet konkret, dass ich an Sitzungen bei der Arbeit ohne weitere Hilfsmittel zuwenig mitbekommen würde. Die besagten Hilfsmittel, die ich seit einem Monat im Einsatz habe, bestehen aus drei Tischmikrofonen. An einer Sitzung mit bis zu 12 Personen geht das dann so, dass ich zwei Mikrofone auf den Besprechungstischen positioniere. Falls einzelne Personen auch noch als Referenten agieren und in dieser Rolle im Raum herumlaufen, kann ich Ihnen das dritte Mikrofon umhängen. Ich selber habe eine Teleschlinge um den Hals, die mit allen drei Mikrofonen per Funk gekoppelt ist. Sie übermittelt mir das von den Mikrofonen Empfangene an die T-Spule meines künstlichen Ohres sowie diejenigen meines klassischen Hörgerätes. Mit diesem Setting habe ich sehr gute Erfahrungen gemacht. Ich kann darauf zählen, alles Relevante mitzubekommen. Insgesamt hoffe ich aber schon noch darauf, diese ganze Installation eines Tages nicht mehr zu benötigen. Vielleicht mit einem anderen Klangprozessor?

Test eines neuen Klangprozessors

Ich habe am 19.6.2019 darüber berichtet, dass ich mit meinem Kunstohr viel besser höre, wenn ich mit meiner Hand eine Art Ohrmuschel hinter es setze. Diese Ohrmuschel hilft offenbar, die Schallquelle besser zu fokussieren. Ich hatte in der Zwischenzeit Kontakt mit jemandem, der den gleichen Klangprozessor hatte wie ich jetzt. Das heisst einen Ohrknopf. Er hat dann auf den Typ eines «Hinter dem Ohr» Prozessors, kurz HdO, gewechselt. Etwa so sieht dieser Gerätetyp aus:



Der Kontakt zum Implantat ist, wie bei meinem Ohrknopf, magnetisch.

Im Unterschied zum Ohrknopf hat dieses Gerät zwei Mikrofone. Damit lässt sich offenbar eine Fokussierung der Mikrofone erreichen. In der Art einer Schalltaschenlampe richten sich diese dann auf den Gesprächspartner dem ich meinen Kopf zuwende. Der erwähnte Kollege berichtet, dass sich sein Sprachverstehen mit diesem Gerätetyp wesentlich verbessert hat.

Eigentlich hatte ich schon vor der CI-Operation den Wunsch geäußert, auch den HdO-Prozessor testen zu können. Das Unispital Zürich hatte mir damals beschieden, dass sie wegen fehlenden Kapazitäten nicht in der Lage seien, ein solches Testsetting umzusetzen. Jetzt, wo ich klare Indizien habe, dass ein HdO-Gerät mein Sprachverstehen nochmals markant verbessern könnte, ist die Bereitschaft glücklicherweise da, einen Versuch durchzuführen. Dieser wird Mitte Oktober beginnen. Ich bin gespannt.

Mein Musikhören

Letztes Wochenende war ich am Musikfestival «Alpentöne» in Altdorf. Mein Fazit: Je weniger Instrumente desto besser. Bei Orchestern ist mein Hören nicht mehr vergleichbar mit demjenigen mit einem Standardgehör. Ich versuche, mich auf dieses neue Hören einzulassen und offen dafür zu sein, dass es mir grundsätzlich ja auch gefallen könnte. Beim sich Austauschen über das Gehörte ist die Situation einfach immer so, wie wenn wir in zwei verschiedenen Konzerten gewesen wären oder zumindest in zwei unterschiedlichen Versionen desselben Konzertes. Kann aber auch interessant sein auszutauschen wie es beim Standardohr und wie bei einem künstlichen Ort angekommen ist.

Auch beim Klavierspiel versuche ich neue Zugänge zu finden. Das Spielen von mir bekannten Stücken, auch selbst komponierten, ist derzeit völlig unattraktiv. Zu stark ist das Gefälle gegenüber dem mir noch vertrauten Hörerlebnis bis vor etwa einem Jahr. Am besten gefällt mir das Improvisieren mit sparsam eingesetzten Tönen. Akkorde mit mehr als zwei Tönen machen keine Freude.

Ein zweites CI?

Am 20.8.2019 ergab der Hörtest bei meinem linken Ohr, dass der Hörverlust auf 91 Prozent angewachsen ist. Vor 11 Monaten war der Wert noch bei 78 Prozent gelegen. Es ist ganz klar, dass ein zweites CI mein Sprachverstehen noch deutlich verbessern könnte. Das Restgehör meines linken Ohres in den tiefen Frequenzen trägt allerdings nachwievor zu einem angenehmen, fülligerem Klangvolumen bei. Eine CI-Operation würde dieses Restgehör mit hoher Wahrscheinlichkeit zerstören. Bei meinem rechten Ohr war dies jedenfalls so. Und ich scheine kein Einzelfall zu sein. Eine medizinische [Dissertation](#) aus dem Jahr 2016 untersuchte 20 Patienten, welche CI-Elektrodenkabel implantiert bekommen hatten, denen seitens Hersteller ein hohes Potential für Restgehörerhaltung attestiert wird. Das Ergebnis ist ernüchternd: von den rund 20 Probanden, die vor der OP ein für das Sprachverstehen bedeutsames Restgehör hatten, behielt nach der OP mit den besagten Elektrodenkabeln nur ein Einziger ein sprachrelevantes Restgehör.

Vor diesem Hintergrund werde ich betreffend ein zweites CI noch zuwarten und zuerst testen, welche Effekte der HdO-Klangprozessor zeitigt, den ich im Oktober testen kann (siehe oben).

Nach einem Jahr: 11.2.2020

Wechsel auf einen HdO-Klangprozessor

Im Oktober 2019 hatte ich die Gelegenheit einen Monat lang, den HdO-Prozessor Sonnet 2 zu testen. Das Ergebnis war, dass ich deutlich besser hörte als mit dem Single Unit Gerät (Ohrknopf). In einem Phonem-Hörtest zeigte sich dies so, dass ich die Silben auch unter starkem Störlärm mit dem Sonnet 2 zu 70% verstand, mit dem Rondo 2 jedoch nur zu 40%. Im Alltag zeigte sich der Vorteil ebenfalls am stärksten in Situationen mit Störlärm. Der Sonnet 2 kann so eingestellt werden, dass er die Schallquelle auf die ich mich ausrichte, fokussieren kann. Die Verstehensquote wird dadurch höher.

Vor diesem Hintergrund war für mich klar: ich will dieses Gerät. Als ich beim Hersteller die Offerte für einen Abtausch einholte, bekam ich als Antwort: Das von Ihnen vor 7 Monate gekaufte Gerät ist für uns wertlos. Mit einem Abtausch ist nichts. Wenn Sie das Gerät wollen, dann kostet Sie das den Neupreis, sprich Fr. 14'000. (Ein Abtausch wäre möglich gewesen, wenn ich gleich zu Beginn die beiden Geräte hätte testen können; die Firma hätte mir dazu Testgeräte zur

Verfügung gestellt.) Auch die IV winkte ab mit der folgenden Begründung:
«Es besteht kein Anspruch auf die im Einzelfall bestmögliche Lösung.»
und

«Gemäss den gesetzlichen Weisungen besteht ein Anspruch auf eine neue Hörhilfe höchstens alle sechs Jahre. Eine frühere Abgabe ist nur möglich, wenn eine wesentliche und begründete Verschlechterung des prozentualen Hörverlustes vorliegt.»

Diese Begründungen erstaunen. Der Auftrag der IV ist es ja, dafür zu sorgen, dass ihre Kunden in der Arbeitswelt integriert sind und bleiben. Der von ihr ausgegebene Leitsatz lautet «Eingliederung vor Rente». Also muss die Frage doch sein: fördert ein Gerätewechsel die erfolgreiche Arbeitsintegration. Indizien dafür hatte ich in meinem Gesuch aufgeführt: mein Verstehensquote ist höher, ich ermüde weniger... Unverständlicherweise wurde darauf gar nicht eingegangen.

Allerdings, wenn die IV das genauer geprüft hätte, so hätte ich sagen müssen, ich würde mich wahrscheinlich auch mit dem Ohrknopf im Job halten können. Etwa so, wie wenn ich mit einer Brille arbeiten müsste, deren Gläser zwei Dioptrien schwächer sind als meine jetzigen.

Ich werde den IV-Entscheid nicht anfechten und habe jetzt halt zwei Geräte. Das hat immerhin den Nebeneffekt, dass ich mich besser abgesichert fühle. Wenn mein Klangprozessor mal einen Defekt erlitte oder aus anderen Gründen ausfiele, könnte ich auf meinen Ohrknopf zurückgreifen. Das ist sehr beruhigend, weil ich ohne Hörmaschine sprachtaub bin.

Weitere Vergleiche: HdO-Gerät versus Ohrknopf (Single Unit)

Beim Ohrknopf war die Energieversorgung sehr komfortabel. Er hat einen eingebauten Akku, der den ganzen Tag hält. Am Abend konnte ich ihn zum Aufladen auf das Ladetellerchen legen, fertig.

Während die meisten HdO-Geräte derzeit noch mit Batterien bestückt werden, bietet der Sonnet 2 immerhin auch eine Akkuversorgung an. Der leistungsstärkste der angebotenen Akkus hält aber maximal 9 Stunden. Das heisst, ich muss immer Ersatz dabei haben und mindestens einmal im Tag den Akku auswechseln.

Angenehmer ist es mit dem HdO-Gerät beim Tragen von allen Arten von Helmen (Velo, Ski, 3D), da die Magnetspule, welche die Verbindung mit dem Implantat herstellt, sehr schmal ist (siehe Bild).



Wie geht's beim Hören?

Mit meinem Sonnet 2 geht's im Gespräch mit einer Person auch bei mittlerem Störlärm gut. In einem Gruppengespräch komme ich akustisch gut mit, wenn nur eine Person spricht und keine Störgeräusche auftreten. Ich staune immer wieder, wie viele Räume, auch kleine, starke Halleffekte aufweisen, die das Verstehen enorm erschweren. In solchen Situationen kommen meine Tischmikrophone zum Einsatz (siehe Eintrag vom 26.8.2019).

Telefonieren funktioniert mittlerweile in der Regel auch dann, wenn ich den Hörer direkt an das Mikrofon meines Prozessors halte. Bequemer ist es mit der Teleschlinge, die mit dem Telefon via Bluetooth verbunden wird sowie gleichzeitig über die T-Spule mit meinen beiden Hörgeräten.

Klavierspielen macht keinen Spass mehr. Ich habe meinen Flügel zum Verkauf ausgeschrieben.

Zweites CI?

Am 11.2. habe ich die Gelegenheit diverse Hörtesttests durchzuführen. Sie zeigen, dass die Hörleistung nochmals deutlich besser ist als vor einem halben Jahr. Auch mein klassisch unterstütztes linkes Ohr trägt nachwievor zu einer Verbesserung der Hörleistung bei, auch das liess sich durch die Tests nachweisen. Ein überraschender Befund. Weil, wenn ich meinen Prozessor

rechts abnehme, verstehe ich selbst einen laut sprechenden Menschen kaum mehr. Aber in Kombination mit dem CI-Prozessor erhöht sich die Klangfülle auf angenehme Weise. Deshalb streame ich die Klänge auch gern an beide Hörgeräte, wenn ich die Mikrophone einsetze, telefoniere oder Hörbücher und Radiosendungen höre.

Vor diesem Hintergrund ist die Zeit für ein zweites CI für mich noch nicht reif. Der mögliche Zugewinn ist einerseits schwierig einzuschätzen und andererseits ist klar, dass ich mit einem Verlust an Klangvolumen rechnen müsste.

Nach zweidreiviertel Jahren (19.9.2021)

Situation ist stabil

Gemäss meinem Eindruck, der durch Hörtests gestützt wird, ist die erreichte Sprachhörleistung stabil geblieben. In ruhiger Umgebung sowie in Gruppen, bei denen nur jemand spricht, bekomme ich alles mit. Je stärker der Störlärm umso geringer der Grad des Verstehens. Ich war kürzlich an einem Kongress, in dem akustisch verstärkte Vorträge in einem riesigen, sehr halligen Vorlesungssaal stattfanden. Ich verstand rein gar nichts. Eine Ringleitung war leider nicht installiert. Ich konnte mir behelfen, indem ich den Referenten mein Mikrofon umhängte, das per Bluetooth an meine Teleschlinge sendet und diese dann an die T-Spule meiner Hörmaschinen. Den Referenten verstand ich so zu 100%, die per Standardmikrofon gestellten Fragen aus dem Publikum aber dann natürlich nicht.

Musik? Auch hier ist alles «stabil». Musikalische Klänge machen mir nachwievor keinerlei Freude mehr. Mein Flügel ist in der Zwischenzeit verkauft und ich höre freiwillig keine Musik mehr.

Zweites CI?

Ich kann mich immer noch nicht für ein zweites CI entscheiden. Mein klassisch verstärktes Ohr leistet nachwievor einen Beitrag zu einem fülligeren Klangempfinden und verbessert auch die Hörleistung beim Sprachverstehen deutlich. Wenn ich nur wüsste, um wieviel ein zweites CI mein Sprachverstehen verbessern würde und ob dann Richtungshören (orten können, woher ein Geräusch kommt) dann wirklich wieder möglich wäre.

Nach fünf Jahren (4.3.2024)

Allgemeine Lage

Meine Hörperformance ist seit meinem letzten Eintrag vor zweieinhalb Jahren im Grossen Ganzen konstant geblieben. Etwas Verbesserung in lärmigen Situationen (Partys, Restaurants) brachte der Einsatz des Mikrofons «Roger on» von Phonak. Am meisten Wirkung zeigt dieses, wenn ich es in der Hand halte und auf meinen Gesprächspartner richte. Es stellt dann automatisch auf den «gerichteten Modus» und es ermöglicht mir, eine einzelne Person auch dann noch zu verstehen, wenn rund herum ein Riesenlärm herrscht. An Grenzen komme ich auch mit diesem Gerät, wenn ich Teil einer Gesprächsgruppe im Lärm bin. Ich muss dann das Mikrofon flink jeweils auf die sprechende Person ausrichten, womit ich überfordert bin, wenn die Sprechenden schnell wechseln.

Mitarbeit im Zentralvorstand von Pro Audito Schweiz

Im Mai 2023 wurde ich in den Zentralvorstand des Dachverbands der Schwerhörigenvereine, Pro Audito Schweiz, gewählt. Zuständig bin ich für das Ressort Technik und Statistik. Als ehemaliger Kantonsstatistiker erkannte ich schnell, dass sich beim Bundesamt für Sozialversicherungen administrative Datenberge erheben, die statistisch noch kaum begangen worden sind. Per Datenschutzvertrag hat Pro Audito einen solchen Berg von Rechnungsdaten für Hilfsmittel erhalten, die von der AHV und IV für Personen mit Behinderungen und darunter auch für Schwerhörige (Hörgeräte) (mit-)finanziert werden. Derzeit erkunde ich das ganze Datenmaterial, was unter anderem mit viel Rechercharbeit zu seiner Entstehung verbunden ist. Es zeichnet sich ab, dass sich die Mühe lohnt, weil sich äusserst spannende Informationen generieren lassen. Zum Beispiel auch zur Frage, wie viele Menschen mit Cochlea Implantat es in der Schweiz gibt, und wie sie sich nach Geschlecht und über die Altersgruppen sowie die Schweizer Kantone verteilen. Man glaubt es nicht, aber die Antwort auf diese Frage kann zur Zeit noch niemand geben. Mein Analysebericht dann schon und er dürfte gegen Ende 2024 fertiggestellt sein.

Mit Trommeln einen neuen Zugang zur Welt der Musik

Jemand aus meinem Bekanntenkreis, die von meiner Abkehr von der Welt der Musik wusste, meinte letzten Sommer, das Spielen mit einer Handpan könnte für mich möglicherweise attraktiv sein. Eine Handpan ist eine Art Metallpfanne, auf der man mit den Händen Töne erzeugt, indem man mit den Fingern auf einzelne, speziell gehämmerte Bereiche schlägt. Zusammen mit meiner

Partnerin Claudia habe ich einen Einführungsnachmittag ins Spielen auf der Handpan absolviert. Und das Ergebnis: Claudia ist mittlerweile begeisterte Handpannerin und ich bin Trommler geworden. Ich stellte fest, dass die Handpan noch zu stark auf Harmonien basiert und Harmonien überfordern mein maschinelles Gehör. Das Musizieren mit der Hand faszinierte mich allerdings und so bin ich auf den afrikanischen Trommeltyp Djembe gestossen. Das Spiel auf diesem Instrument hat mich sofort begeistert, weil sie mein Flair für Rhythmus ins Leben zurückgebracht hat. Es fällt mir leicht, immer neue Rhythmen zu generieren und mit ihnen zu jonglieren. Ganz anstrengungslos. Etwas anstrengender war es neulich in einem Djembe-Workshop mit einem afrikanischen Djembe-Lehrer, bei dem es darum ging, bestimmte Rhythmusfolgen nachzuspielen und durchzuhalten. Das ist ne grosse Kunst, die echt schweisstreibend werden kann. Und in einer Trommlergruppe, musste ich feststellen, fällt es mir oft schwer, mich überhaupt noch zu hören. Ich werde mich deshalb demnächst nach Menschen umsehen, mit denen ich zu zweit spielen kann.

Anmeldung für ein zweites CI

Beim Trommeln auf der Djembe (siehe vorhergehenden Eintrag) stellte ich fest, dass ich den Basston, welcher beim Schlagen auf die Mitte der Trommel ertönt, nur dank meinem sprachtauben Nicht-CI-Ohr hören kann. Ich wandte mich deshalb an meine Audiologin und bat sie, ein Programm für mein CI-Hörgerät zu erstellen, bei dem die tiefen Töne eine höhere Priorität haben. Und tatsächlich, das neu erstellte Programm brachte auch den Djembe-Basston an mein CI-Ohr. Ein zentrales Argument, mit einem zweiten CI noch zuzuwarten fiel damit weg. Und ich meldete mich beim Unispital Zürich für eine zweite Operation an. Möglich, dass diese im kommenden Herbst erfolgt.

Maschinenhörig: eine Anekdote aus dem Alltag

Komme ich mit jemandem ins Gespräch, der von meiner Schwerhörigkeit nichts weiss, wird früher oder später meine Hörbehinderung Thema. Sei es, dass die Umgebungsgeräusche so laut sind, dass ich Mühe habe, mein Gegenüber zu verstehen; oder, in ruhiger Umgebung, meine Hörgeräte fallen auf. Für mich stellt sich dann jeweils die Frage, mit welchen Eigenschaftsworten ich meine Hörsituation umschreibe. Bisher sagte ich jeweils meist «ich bin schwerhörig».

Auch letzthin war das so, worauf mich mein Gegenüber fragte, ob ich sie denn verstehen könne. Die Frage überraschte mich, hatten wir uns doch bereits fünf Minuten unterhalten, wobei ich verschiedentlich auf ihre Äusserungen eingegangen war. Später darüber nachdenkend, kam ich zum Schluss, dass ihre

Frage wohl mit dem Wort «schwerhörig» zu tun haben musste, welches deutsch und deutlich zum Ausdruck bringt, dass der Betroffene nicht gut hört.

Dieser Gedanke machte mir bewusst, dass ich mit der Bezeichnung «schwerhörig» für einmal danebengegriffen hatte. In Tat und Wahrheit war ich nämlich – in der angenehmen ruhigen Umgebung, in der wir uns befanden – ausgesprochen guthörig. Schwerhörig beziehungsweise sogar gehörlos, was Sprachäusserungen betrifft, wäre ich gewesen, hätte ich meine Hörgeräte nicht in Betrieb gehabt. Um mich in Schutz zu nehmen, muss ich klarstellen, dass ich mit der Äusserung «ich bin schwerhörig» in meinem Selbstverständnis in abgekürzter Form zum Ausdruck bringen wollte «ich bin schwerhörig und deshalb benötige ich elektronische Hilfsmittel, um sprachliche Äusserungen meines Gegenübers verstehen zu können».

Nun ist es aber nicht selten so, dass das, was man beim Gesagten mitmeint, beim Gegenüber nicht ankommt. Und so war es ganz offensichtlich auch in der geschilderten Situation, die sich mit anderen Gegenüber in vergleichbaren Situationen noch oft wiederholen könnte. Menschen ohne Hörschwäche fehlt meist das Hintergrundwissen, um im direkten Kontakt spontan auf die Idee zu kommen, ein schwerhöriger Mensch könne gut hören. Und dieses Wissensdefizit ist niemandem übelzunehmen. Es liegt an mir, im sprachlichen Ausdruck situationsangepasst für mehr Klarheit zu sorgen. Zum Glück weiss ich auch schon wie. «Ich bin maschinenhörig», sage ich fortan in vergleichbaren Situationen.

Das Adjektiv «maschinenhörig» lenkt die Aufmerksamkeit auf das Hören. «Aha, der hört und sein Hören hat etwas mit einer Maschine zu tun», flüstert das schnelle Denken, wenn es das ungewohnte «maschinenhörig» verarbeitet. Und es wird wohl eine Frage zum Maschinellen folgen lassen. Das Elektronisch-Maschinelle erkläre ich auch, wenn ich mich als «schwerhörig» bezeichne. Nur muss ich als «Maschinenhöriger» nicht mehr die Meinung entkräften, wonach Schwerhörige immer schlecht hören.

Das «hörig» in «maschinenhörig» hat neben dem Hören noch eine zweite Bedeutung. Und diese bringt einen anderen Aspekt meiner Situation als Hörbehinderter treffend zum Ausdruck: ich bin meinen tollen Maschinen hörig – ergeben und abhängig eben. Vergesse ich, meine Maschinen beim Baden im Mittelmeer abzunehmen oder vorgängig wasserdicht zu verpacken, dürfte es mit meinem Hören für längere Zeit vorbei sein. Und schon ein einziger ungebetener, stiller Tag kann sehr lang werden.