

WHO-ITU-Treffen „Make Listening Safe“ in Genf

Sicher hören – ein internationales Ziel mit STL-Beteiligung



von Prof. Dr. Winfried Schlee, Ostschweizer Fachhochschule (OST), St. Gallen, und Wissenschaftlicher Beirat der Schweizerischen Tinnitus-Liga (STL)

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und die Internationale Fernmeldeunion (ITU) arbeiten gemeinsam daran, das Hören sicherer zu machen. Mit der Initiative „Make Listening Safe“ (zu Deutsch „Das Hören sicher machen“) soll daran gearbeitet werden, dass immer weniger Menschen ihr Gehör durch Freizeitaktivitäten dauerhaft schädigen. Vom 1. bis 3. Juli 2025 fand dazu in Genf ein internationales Treffen mit Fachleuten aus über 20 Ländern statt – von Regierungen über die Industrie bis hin zu Forschenden und Patientenorganisationen. Auch die Schweizerische Tinnitus-Liga war dabei: Prof. Winfried Schlee, Sprecher des Wissenschaftlichen Beirats, brachte die Perspektive der Tinnitus-Betroffenen ein.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und die Internationale Fernmeldeunion (ITU) arbeiten seit 2015 gemeinsam daran, das Hören sicherer zu machen. Mit der Initiative „Make Listening Safe“ (zu Deutsch „Das Hören sicher machen“) soll daran gearbeitet werden, dass immer weniger Menschen durch laute Musik, Kopfhörer, Veranstaltungen oder durch Computerspiele ihr Gehör dauerhaft schädigen. Die Initiative kümmert sich dabei bewusst nur um Gehörschädigungen, die im Freizeitbereich passieren können. Es gibt bisher schon mehrere Initiativen, die sich darum bemühen, die Gehörschädigungen etwa im Arbeitsumfeld oder durch den Verkehr zu reduzieren. Der Freizeitbereich wird jedoch selten berücksichtigt. Um diese Lücke zu füllen, wurde die Initiative für sicheres Hören gegründet. Bis 2035 soll sicheres Hören ein selbstverständlicher Teil unseres Alltags sein – weltweit.

Warum Hörgesundheit so wichtig ist

Tinnitus ist oft eng mit Lärm- oder Hörschäden verbunden. Die Gehörschädigung gehört zu den wichtigsten Ursachen für den Tinnitus. Auch wenn man schon unter einem Tinnitus leidet ist es wichtig, sein Gehör vor weiteren Schädigungen zu schützen. Umso wichtiger



Teilnehmende des Treffens von WHO und ITU in Genf. Foto: WHO.

ist es, sich mit den Risiken und Schutzmöglichkeiten auseinanderzusetzen.

Aktuelle globale Trends und wachsende Risiken

Die neuesten Daten der Weltgesundheitsorganisation (WHO) machen deutlich, dass Hörverlust weltweit ein immer größeres Problem darstellt. Bereits heute sind über 1,5 Milliarden Menschen betroffen – das entspricht fast einem Fünftel der Weltbevölkerung. Besonders schwer wiegt, dass rund 430 Millionen Menschen so

stark eingeschränkt sind, dass sie dringend Unterstützung oder Hilfsmittel benötigen.

Die Prognosen sind alarmierend: Bis zum Jahr 2050 könnten mehr als 700 Millionen Menschen einen stark beeinträchtigenden Hörverlust haben, wenn nicht wirksam gegengesteuert wird. Rechnet man auch mildere Formen dazu, wird sogar erwartet, dass bis dahin rund 2,5 Milliarden Menschen irgendeine Form von Hörverlust erleben.

Besonders gefährdet sind junge Erwachsene. Über eine Milliarde von ihnen riskiert bleiben-

de Hörschäden durch lautes Musik hören mit Kopfhörern oder regelmäßige Aufenthalte an lauten Veranstaltungsorten.

Diese Zahlen zeigen eindrücklich, wie dringend internationale Anstrengungen nötig sind, um Hören sicherer zu machen. Für Menschen mit Tinnitus bedeutet dies zugleich eine Chance: Präventions- und Aufklärungsmaßnahmen können nicht nur neue Hörschäden verhindern, sondern auch das Verständnis für bereits bestehende Beschwerden verbessern.

Die „Make Listening Safe“-Initiative

Die WHO startete 2015 die „Make Listening Safe“-Initiative mit einem klaren Ziel: Vermeidung von vermeidbarem Hörverlust. Über eine Milliarde junger Menschen weltweit sind durch unsichere Hörgewohnheiten gefährdet.

Die Initiative umfasst:

- Technische Standards für Kopfhörer, Lautsprecher und Gaming,
- Regeln und Gesetze für Veranstaltungsorte,
- Aufklärung und Bildung, besonders für Kinder und Jugendliche,
- Forschung, um neue Risiken besser zu verstehen.

Die Vision 2035: eine „Listening Society“, in der wir nicht nur unsere Ohren schützen, sondern auch ein neues Bewusstsein für Zuhören, Achtsamkeit und Hörgesundheit entwickeln.

Das Konsultationstreffen 2025 in Genf

Ein zentrales Ergebnis des Treffens war die klare Botschaft von WHO und ITU: „Lauter ist nicht besser.“ Gerade bei Musikveranstaltungen soll nicht die maximale Lautstärke, sondern die Qualität des Hörerlebnisses im Vordergrund stehen.

Auch die Industrie zeigte konkrete Fortschritte. Industrievertreter berichteten, wie sie Sicherheitsfunktionen direkt in Kopfhörer und Smartphones integrieren. Diese Technologien sollen Nutzerinnen und Nutzer automatisch vor zu hoher Lautstärke warnen und so helfen, das Gehör langfristig zu schützen.

Aus der Schweiz brachte Raphael Elmiger vom Bundesamt für Gesundheit spannende Einblicke ein. Er schilderte, wie die Schweiz bereits zur Jahrtausendwende strenge Grenzwerte für Musikveranstaltungen eingeführt und seither konsequent überwacht hat. Eine überraschende und erfreuliche Folge: Die Tonqualität bei Konzerten hat sich seitdem deutlich verbessert. Da das „emotionale Erlebnis“ nicht mehr über extreme Lautstärke, sondern über klangliche Raffinesse vermittelt werden muss, haben Tontechniker begonnen, Konzerte mit höherer Qualität abzumischen. Damit zeigt die Schweiz, dass gute Musik nicht laut, sondern gut gemacht sein muss.

Wichtige Ergebnisse für Tinnitus-Betroffene

Einige Punkte der Diskussion in Genf sind für Menschen mit Tinnitus besonders interessant. So wurde etwa die Schweiz als positives Beispiel hervorgehoben: Mit dem Projekt „Make Sound Not Noise“ („Mach Sound, keinen Krach“) werden bereits Workshops für Tontechniker angeboten, damit Konzerte und Veranstaltungen sicherer gestaltet werden können. Zudem gelten hierzulande klare gesetzliche Regeln für maximale Schallpegel – ein direkter Schutz für alle Besucherinnen und Besucher.

Ein weiteres Thema war die Rolle moderner Technik. Die WHO und ITU haben Standards für Kopfhörer und Gaming entwickelt (H.870, H.872), die dafür sorgen sollen, dass Geräte künftig Warnungen ausgeben oder automatische Schutzfunktionen enthalten. Einige Hersteller haben diese Vorgaben bereits umgesetzt, wovon auch Nutzerinnen und Nutzer in der Schweiz profitieren.

Darüber hinaus wurde auf neue Risiken hingewiesen, die bisher kaum im Bewusstsein sind. Dazu zählen Kinderspielzeuge mit extremen Lautstärken, White-Noise-Maschinen für Babys, Virtual-Reality-Headsets sowie digital komprimierter Sound – etwa bei Videokonferenzen –, der zu verstärkter Hörmüdung führen kann.

Auch die Forschung spielt eine wichtige Rolle. Neue Studienprotokolle sollen besser erfassen, wie Freizeitlärm das Gehör langfristig beeinträchtigt. Besonders spannend sind Vorhaben, Frühmarker und Selbsttests zu entwickeln, die Betroffenen helfen könnten, rechtzeitig gegenzusteuern. Außerdem

soll der Tinnitus in den entsprechenden Forschungsarbeiten mehr berücksichtigt werden.

Nicht zuletzt geht es um Aufklärung und Bildung. Mit Kampagnen, Comics, Schulprogrammen und sogar Virtual-Reality-Anwendungen soll das Thema in den Alltag getragen werden. Ziel ist es, dass schon Kinder und Jugendliche mit einer Präventionskultur aufwachsen und ein gesundes Hörverhalten selbstverständlich wird.

Vision 2035 – wohin geht die Reise?

Beim Treffen in Genf entwickelten die Teilnehmenden ein gemeinsames Zukunftsbild. Bis 2035 sollen sichere Lautstärkegrenzen weltweit anerkannt und selbstverständlich eingehalten werden. Der Gehörschutz soll so alltäglich werden wie das Anschnallen im Auto. Um Hörgesundheit auch attraktiv zu machen, sind sogar Preise und Auszeichnungen wie ein „Safe Listening Grammy“ im Gespräch. Gleichzeitig soll Hörprävention in Schulen fest verankert werden, damit schon Kinder lernen, verantwortungsvoll mit Lärm umzugehen. Technische Geräte der Zukunft werden automatisch Schutzfunktionen übernehmen, sodass Nutzerinnen und Nutzer keine komplizierten Berechnungen mehr anstellen müssen. So entsteht ein Bild einer Gesellschaft, in der sicheres Hören nicht als Einschränkung, sondern als selbstverständlicher Teil von Lebensqualität gelebt wird.

Bedeutung für Tinnitus-Patient*innen in der Schweiz

Für Menschen mit Tinnitus in der Schweiz haben die Ergebnisse des Treffens eine besondere Bedeutung. Durch bessere Schutzmaßnahmen, wie klare Lautstärkegrenzen oder integrierte Sicherheitsfunktionen in Geräten, kann weiteren Hörschäden wirksam vorgebeugt werden – ein wichtiger Faktor, da viele Betroffene ohnehin schon unter einem empfindlichen Gehör leiden. Gleichzeitig sorgen Aufklärung und Präventionsprogramme dafür, dass das Thema stärker ins öffentliche Bewusstsein rückt. Das entlastet Betroffene, weil ihre Beschwerden ernst genommen und Missverständnisse abgebaut werden.

Wichtig ist auch die Teilhabe der Patient*innen: Mit der Schweizerischen Tinnitus-Liga war in

Genf eine starke Stimme der Betroffenen vertreten, die ihre Perspektive in die internationalen Diskussionen einbringen konnte. Und nicht zuletzt macht die Entwicklung Hoffnung: Hörgesundheit wird in Politik, Forschung und Gesellschaft zunehmend als zentrale Aufgabe gesehen. Damit steigt auch das Verständnis für Tinnitus und seine Auswirkungen – ein Schritt hin zu mehr Unterstützung und Anerkennung für alle Betroffenen.

Fazit und Ausblick

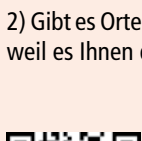
Die Initiative „Make Listening Safe“ zeigt: Hörgesundheit ist ein weltweites Thema – und die STL ist aktiv dabei. Ein besonders spannender Ausblick: Bald soll es einen internationalen Aufruf zu weiteren Forschungsarbeiten geben, die die tatsächliche Lärmbelastung im Alltag erfassen wird. Um diese Studie optimal zu gestalten, brauchen wir die Rückmeldungen von Betroffenen.

Deshalb unsere Bitte: Beantworten Sie bitte drei kurze Fragen über den QR-Code – so können Sie direkt mithelfen, die Forschung und Prävention in Ihrem Sinne zu verbessern. In der nächsten Ausgabe werden wir über die Ergebnisse der Befragung berichten.

Drei Fragen an Sie (pro Frage ein QR-Code)



1) Gab es in den letzten 30 Tagen Situationen (zum Beispiel Veranstaltung, Ort oder Gerät), in denen es Ihnen zu laut war? Wenn ja: Worum handelte es sich?



2) Gibt es Orte und Veranstaltungen, die Sie regelmäßig vermeiden, weil es Ihnen dort zu laut ist? Wenn ja, welche?



3) Wenn Sie an einer Befragung zur Unterstützung der WHO-Initiative teilnehmen würden: Wie viele Minuten dürfte diese maximal dauern?

Die Antworten können auch per E-Mail an info@tinnitus-liga.ch gesendet werden. Sie werden direkt an den Autor weitergeleitet.



Kontakt zum Autor:

Prof. Dr. Winfried Schlee,
Ostschweizer Fachhochschule (OST), St. Gallen
Wissenschaftlicher Beirat der STL
E-Mail: winfried.schlee@tinnitus-liga.ch



*Frohe
Weihnachten*

Liebe Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde der DTL,

wir wünschen Ihnen und Ihren Liebsten eine ruhige Adventszeit, ein schönes Weihnachtsfest und einen entspannten Ausklang des Jahres. Für das neue Jahr 2026 wünschen wir Ihnen viel Glück, Gesundheit, Erfolg und viele schöne Erlebnisse.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der DTL,
die Geschäftsführung und der Vorstand