

## **Ein gutes Gehör trainiert das Gehirn**

**Das Amplifon Centre for Research and Studies (CRS) hat in einem Konsenspapier auf der Basis verschiedenster internationaler Studien festgehalten, dass ein Hörverlust den Abbau von kognitiven Fähigkeiten im Alter beschleunigt und Störungen wie Demenz fördern kann. Abhilfe schafft der frühzeitige Einsatz eines Hörsystems.**

590 Millionen Menschen weltweit leben mit einer Hörminderung, über 40 Prozent davon im Alter zwischen 60 und 69 Jahren. Neben dem normalen Alterungsprozess und zunehmenden Lärmemissionen sind vermehrt auch Krankheiten für das Entstehen von Hörproblemen verantwortlich. Aufgrund dieser Entwicklung hat das Amplifon Centre for Research and Studies (CRS) in Mailand eine internationale Projektarbeitsgruppe beauftragt, die Auswirkungen von Hörverlust auf das kognitive Altern zu untersuchen. Das Gremium mit Experten aus den USA, Deutschland und den Niederlanden analysierte klinische und Laborstudien, die den möglichen Nutzen von Hörsystemen bei der Erhaltung oder gar Verbesserung der Hirnleistung im Alter bewerten.

### **Enger Zusammenhang zwischen Hörverlust und kognitivem Altern**

Die Abnahme der Leistungsfähigkeit des Gehirns äussert sich auf verschiedene Weise, zum Beispiel in Schwierigkeiten mit räumlichen und visuellen Aufgaben, Aufmerksamkeitsverlust oder vermindertem Denk- und Urteilsvermögen. Ganz speziell macht sich ein Hörverlust in der verbalen und nicht-verbalen Kommunikation bemerkbar. Die Fähigkeit, Sprache inhaltlich zu verstehen, zu verarbeiten und darauf zu reagieren, ist eng mit der kognitiven Leistungsfähigkeit verbunden. Nimmt diese ab und reduziert sich als Folge daraus das Vermögen zum Austausch mit anderen Menschen, geraten viele Betroffene in die gesellschaftliche Isolation.

### Demenz auf dem Vormarsch: Hörverlust mitverantwortlich

Hörverlust und das Phänomen der Vereinsamung stellen wiederum einen Risikofaktor für die Entwicklung verschiedener Demenzformen dar, die weltweit auf dem Vormarsch sind. Menschen mit leichtem, mittelschwerem und schwerem Hörverlust zeigen ein zwei-, drei- respektive fünffach erhöhtes Demenzrisiko im Vergleich zu Menschen mit normalem Hörvermögen (s. Abb. 1).

### Hörsysteme schaffen Abhilfe

Eine Korrektur der Hörminderung kann also das Fortschreiten von Demenz verlangsamen und vor allem die Symptome deutlich verringern. Sie stellt somit eine vielversprechende Behandlungsmethode für kognitive Störungen bei älteren Menschen dar und vermindert Auswirkungen wie Angstzustände, Depressionen und Wahnvorstellungen. Damit führt sie zu einer deutlichen Verbesserung des allgemeinen mentalen Status, der geistigen Fähigkeiten und der Lernfähigkeit (s. Abb. 2). Dies wirkt sich positiv auf die soziale Integration, das Selbstbewusstsein und letztlich auf die gesamte Lebensqualität aus.

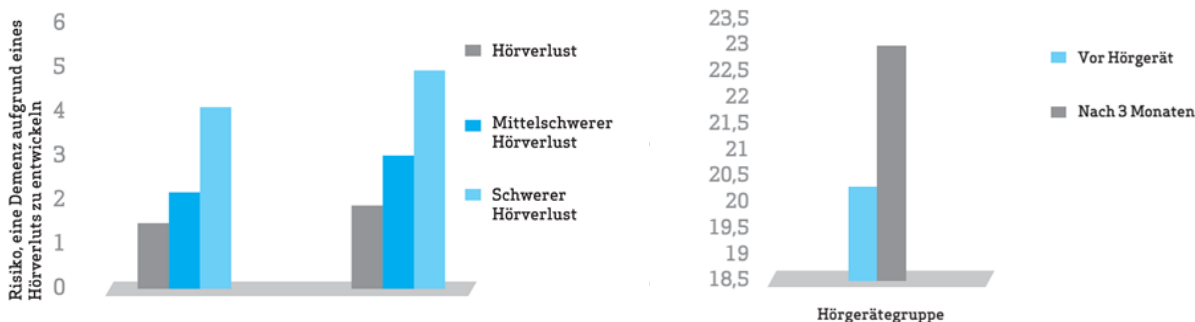


Abb. 1: Das Risiko, eine Demenz zu entwickeln, steigt mit dem Grad des Hörverlusts.

Abb. 2: Die positive Auswirkung von Hörsystemen auf die Kognition.

### **Hörschwäche frühzeitig abklären**

Als Konsequenz aus den Untersuchungsergebnissen der Projektgruppe und des CRS empfehlen die Hörgeräteakustiker von Amplifon den Schutz des Gehörs bereits im Babyalter sowie eine regelmässige Überprüfung des Hörvermögens ab etwa 45 bis 50 Jahren. Generell sollte rasch ein Hörgeräteakustiker aufgesucht werden, wenn sich das Gehör spürbar verschlechtert. Mit gezielter Beratung und dem frühzeitigen Einsatz eines Hörgeräts lassen sich Hörverluste in den meisten Fällen verlangsamen. Somit erleichtern diese Massnahmen das Hören, Mitdenken und Kommunizieren und ermöglichen ein aktiveres und angenehmeres Leben.