

Chronik/Gesundheit

## Hörverlust rechtzeitig erkennen und behandeln

Wien, am 01.12.2022

### **Schwerhörigkeit, Sozialer Rückzug und Demenz: Hörverlust rechtzeitig erkennen und behandeln**

**Das Hörvermögen hat einen großen Einfluss auf unser soziales Leben. Wer nur die Hälfte hört oder immer wieder nachfragen muss, verliert schnell den Spaß am Austausch mit anderen. Gerade im zunehmenden Alter ist hier besondere Achtsamkeit geboten. Denn wer eine Schwerhörigkeit unbehandelt lässt, erhöht zudem das Risiko, an Demenz zu erkranken. Wie sich Anzeichen einer Hörverschlechterung erkennen lassen und was man dagegen tun kann, erklären die Österreichischen Hörakustiker.**

Die Weihnachtszeit steht bereits vor der Tür und damit auch eine besonders gesellige Zeit des Jahres. Punschtrinken am Adventmarkt, Weihnachtsfeiern mit Kollegen und Freunden oder Familienfeste – gerade in solchen Situationen ist ein gutes Gehör wichtig. Schon laute Musik oder fröhliches Gelächter können dazu führen, dass man einer Unterhaltung nur schwer folgen kann. „Dass dies aber auch einer Hörverschlechterung geschuldet sein kann, ist den wenigsten bewusst“, weiß Josef Riegler, Bundesinnungsmeister der Österreichischen Hörakustiker.

#### **Schleichender Hörverlust: Erkennungsmerkmale und Warnzeichen**

„Ein Rückgang der Hörleistung geschieht meistens schleichend und die Betroffenen sind sich dessen oft lange gar nicht bewusst. Es gibt einige typische Warnzeichen, die auf eine Schwerhörigkeit hindeuten und jedenfalls abgeklärt werden sollten“, betont der Experte.

- Laute Umgebungen werden störend: Situationen mit vielen Nebengeräuschen bereiten Schwierigkeiten, beispielsweise Unterhaltungen in vollen Lokalen oder Partys.
- Bestimmte, vor allem hohe Töne schwinden langsam: Hörverlust bedeutet nicht, dass alles insgesamt leiser wirkt. Er äußert sich als erstes darin, dass man bestimmte, meist hochfrequente Töne nicht mehr hört. Laute, wie „s“ oder „f“ werden als erstes schwer verstanden. Bei Wörtern wie „Reihe“, „Reise“ oder „Reife“ kann es leicht zu Verwechslungen kommen und hohe Töne wie etwa Vogelgezwitscher werden überhört.
- Lautstärke beachten: Wenn man die Lautstärke des Fernsehers, Radios oder Computers immer weiter nach oben fährt und andere ständig leiser drehen, ist eine Hörverschlechterung offensichtlich.

#### **Sozialer Rückzug und Demenzrisiko steigen**

„Hören ist ein zutiefst sozialer Sinn. Wer nicht mitbekommt, was rund um ihn und zu ihm gesprochen wird, nimmt immer weniger Teil am gesellschaftlichen Leben. Oftmals verwenden die Betroffenen zudem viel Energie darauf, zu kaschieren, dass sie ihre Freunde und

Familienmitglieder nicht mehr verstehen. Es kommt zur sozialen Isolation, Depression und Reduzierung der Lebensqualität“, erklärt Riegler. Und nicht zu vergessen: Die kognitiven Fähigkeiten nehmen ab. Hörverlust ist gerade bei älteren Menschen ein Problem. Mittlerweile sieht die Wissenschaft klare Zusammenhänge zwischen Hörvermögen und Demenz. Weltweite Studien beschäftigen sich seit Jahren mit dem Thema und kommen zum Schluss, dass ein unbehandelter Hörverlust das Demenzrisiko deutlich erhöhen kann. Es zeigt sich, dass Schwerhörigkeit ein signifikanter, unabhängiger Risikofaktor für eine Demenzentwicklung ist. Eine Hörsystemversorgung kann die Krankheit zwar nicht heilen, aber verlangsamen. So hat die frühzeitige Behandlung von Hörbeeinträchtigungen einen nachhaltigen positiven Effekt auf die kognitive Leistungsfähigkeit und Lebensqualität älterer Menschen.

### **Hörbeeinträchtigung rechtzeitig ausgleichen**

Frühe Intervention ist die beste Vorsorge: „Wie andere jährliche Routinebesuche beim Arzt, ist es auch wichtig, die Ohren regelmäßig kontrollieren zu lassen und bei Anzeichen von einem Hörverlust entsprechend zu reagieren. Vor allem wenn Sie eines der Warnzeichen bemerken, lassen Sie von einem Hörakustiker einen kostenlosen Hörtest durchführen und nutzen Sie gegebenenfalls das branchenübliche Angebot des unverbindlichen Probetragens“, schildert Riegler.

Wer rechtzeitig reagiert, kann mit Hörgeräten problemlos und selbstverständlich wieder an allen Lebenssituationen teilhaben. Hörgeräte arbeiten dabei wie kleine Computer im oder hinter dem Ohr. Die Technologie hat sich in den vergangenen Jahren stark weiterentwickelt. Moderne Geräte reduzieren Störgeräusche sowie Rückkoppelungseffekte und passen sich automatisch an unterschiedlich laute Situationen an. „Schieben Sie das Problem nicht auf die lange Bank, denn es verstärkt sich, je länger man zuwartet“, rät der Bundesinnungsmeister.

### **Pressestelle der Bundesinnung/Rückfragehinweis:**

Magdalena Spanner  
Himmelhoch PR  
0650/2037408  
magdalena.spanner@himmelhoch.at