

# Kognitiver Verfall und Schwerhörigkeit



Im täglichen Leben erweisen sich die menschlichen Sinnesorgane als enorm wertvoll. Aus diesem Grund ist schwierig, wenn ein Sinnesorgan nicht mehr einwandfrei funktioniert. Besonders deutlich wird das am Beispiel unseres Gehörs. Zwei Studien, eine aus den USA und eine aus Frankreich ergaben, dass ein Hörverlust den kognitiven Verfall beschleunigt und Schwerhörige bis zu fünfmal häufiger eine Demenz entwickeln.

von Gesa Friederike Kuis

## Kognitiver Verfall und Schwerhörigkeit

Lässt das Hörvermögen nach, merken das die Menschen im Umfeld meist vor dem Betroffenen selbst, der gewöhnt sich an den schleichenden Verlust oder will ihn oft nicht wahrhaben. Im Regelfall warten Betroffene etwa sieben Jahre, bis sie gegen ihren Hörverlust aktiv vorgehen. Das Tragen von Hörgeräten ist bei vielen Menschen zu Unrecht mit einem Vorurteil behaftet: Wer ein Hörgerät trägt, ist nicht mehr leistungsfähig oder beeinträchtigt. Umso erstaunlicher, dass eigentlich das Ignorieren der eigenen Schwerhörigkeit selbst diese Einbussen erst verursacht.

## Mehr Gehirnmasse geht verloren

Der Forscher Frank Lin (M.D., Ph.D.) an der amerikanischen Johns Hopkins Medicine begleitete bei einer Studie 126 Teilnehmer über zehn Jahre mit regelmässigen MRTs, um Veränderungen im Gehirn sichtbar zu machen. Zum Beginn der Studie waren bereits 51 Personen mit einer Schwerhörigkeit von mindestens 25 Dezibel betroffen. Durch den Vergleich der regelmässigen MRTs konnte

festgestellt werden, dass die schwerhörigen Teilnehmer einen sich schneller entwickelnden Gehirnschwund aufweisen als die Normalhörenden. Die von Hörverlust betroffenen Teilnehmer verloren mehr als einen zusätzlichen Kubikzentimeter des Hirngewebes je Jahr. Besonders betroffen waren davon die Bereiche, die für die Verarbeitung von Klang und Sprache verantwortlich sind.

Weitere Studienergebnisse zeigten auch einen Zusammenhang von Demenz und Schwerhörigkeit auf. So entwickelten die Menschen mit leichter Schwerhörigkeit zweimal so häufig eine Demenz, mittelgradig Schwerhörige dreimal und stark Schwerhörige fünfmal so häufig im direkten Vergleich mit Gesundhörenden.

Lin erklärte, die Studienergebnisse zeigen die Wichtigkeit einer Behandlung von Schwerhörigkeit auf – Ignorieren sei keine Lösung. Wichtig sei zudem, dass ein Hörverlust frühzeitig angegangen wird, bevor es überhaupt zu den strukturellen Veränderungen im Gehirn kommt. Eine weitere Studie über die Auswirkung einer frühzeitigen Behandlung von Schwerhörigkeit sei geplant.

Hörgerätetechnik und Therapie sollen sich gegenseitig ergänzen, um den komplexen Bedürfnissen eines schlechten Gehörs besser gerecht zu werden.

## Die Verbesserung der Hörfähigkeit hilft

Eine andere Langzeit-Studie in Frankreich mit über 3600 Teilnehmern scheint die Vermutungen von Lin bereits zu bestätigen. Die Paquin-Studie begann bereits 1990 und wurde während 25 Jahren kontinuierlich ausgewertet. Die Teilnehmer führten regelmässig in ihrem Alltag kleine kognitive Aufgaben durch, sogenannte Mini-Mental-Status-Tests. Die Ergebnisse zeigten, dass die schwerhörigen Teilnehmer, die ein Hörgerät nutzen, auf derselben kognitiven Leistungsstufe standen wie die Gesundhörenden. Es zeigte sich zudem, dass bei den Schwerhörigen ohne Hörgeräte der kognitive Verfall nicht durch das schlechte Hören an sich verursacht wurde, sondern durch die psychischen und sozialen Auswirkungen der Schwerhörigkeit. Auch wurde erkannt, dass unser Gehör ein komplexes Sinnesorgan ist und die Behandlung eines schlechten Hörens nicht ausschliesslich aus der Nutzung eines Hörgerätes besteht, da sich der kognitive Verfall in erster Linie im Gehirn abspielt

## Frühzeitige Diagnosen und neue Ansätze

Beide Studien und auch weitere zu diesem Thema haben gemein, dass ein frühzeitiges Erkennen einer Schwäche einer der wichtigsten Faktoren ist, um zu helfen. Doch oft stehen Scham oder das Nichteingestehen einem selbst im Weg. Es scheint aber durchaus ratsam, die eigenen Vorurteile oder Ängste beiseitezulegen, um sich zumindest über den eigenen Zustand des Gehörs bewusst zu sein.

Besonders interessant sind aktuell neue Ansätze in der Behandlung von Schwerhörigkeit. Hörgerätetechnik und Therapie sollen sich gegenseitig ergänzen, um den komplexen Bedürfnissen eines schlechten Gehörs besser gerecht zu werden. So arbeitet zum Beispiel das in der Schweiz ansässige KOJ-Institut mit einer eigens entwickelten Form einer Gehörtherapie, bei der Betroffene einem bereits stattfindenden kognitiven Abbau auch durch tägliches audiologisches Training entgegenwirken sollen. Ersten eigenen Auswertungen zufolge sollen die Ergebnisse überzeugend sein, um das Verfahren weiter auszubauen. ■