

# Wie sich **Hörverlust** auf die **kognitive Fitness** auswirkt

1

## Hörverlust kann zu sozialer Isolation führen

Unbehandelter Hörverlust wird seit langem in Verbindung mit sozialer Isolation und Einsamkeit gebracht. Studien belegen, dass dies Risikofaktoren für Alzheimer und Demenz sein können.



Es gibt immer mehr Hinweise darauf, dass ältere Erwachsene mit Hörverlust eher die Symptome eines kognitiven Verfalls aufweisen.

**Hier sind drei Gründe warum – und was Sie tun können, um das Risiko gering zu halten.**

2

## Hörverlust verschiebt die kognitive Belastung

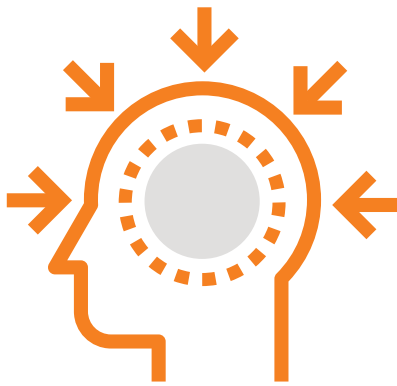
Stellen Sie sich vor, Ihr Gehirn hat eine begrenzte Menge an Treibstoff. Wenn das Hören schwieriger wird, verbrauchen Sie mehr "Treibstoff", um zu verstehen, was Sie hören - Das heißt, Sie haben weniger für das Gedächtnis und die Entscheidungsfindung. Wissenschaftler bezeichnen dies als die "Theorie der kognitiven Belastung".



3

## Hörverlust kann die Schrumpfung des Gehirns beschleunigen

Ob Sie es glauben oder nicht — unsere Gehirne schrumpfen mit dem Alter. Allerdings haben MRTs von Personen mit Hörverlust gezeigt, dass das Gehirn schneller "schrumpft" als normal - wahrscheinlich aufgrund eines Mangels an Stimulation<sup>2</sup>.



4

## Ein behandelter Hörverlust kann helfen, das Risiko von kognitivem Rückgang und Demenz zu reduzieren

In zwei Studien (2015, 2017) wurde festgestellt, dass die Behandlung von Hörverlust (mit Hörsystemen) das Risiko eines kognitiven Rückgangs im Zusammenhang mit Hörverlust<sup>3</sup> verringern und zur Vorbeugung von Demenz<sup>4</sup> beitragen kann.

**Zu den Vorteilen des Tragens von Hörgeräten zählen auch<sup>5</sup>:**

- Reduzierte geistige Ermüdung
- Verminderte Gefühle von Isolation und Depression
- Verbesserte Fähigkeit, mehrere Dinge auf einmal zu tun
- Verbessertes Gedächtnis, Aufmerksamkeit und Fokus
- Verbesserte Kommunikationsfähigkeiten

**Sind Sie bereit Ihren Hörverlust zu behandeln?**

*Vereinbaren Sie einen Termin bei einem Hörakustiker.  
Nutzen Sie dafür unsere Suchfunktion auf:  
[www.starkey.de](http://www.starkey.de)*