

Altern mit allen Sinnen

Schwerhörigkeit muss die Lebensqualität nicht schmälern.

Hörstörungen im Alter werden manchmal erst spät erkannt und behandelt, weil Betroffene den Hörverlust nicht wahrhaben wollen oder die Umgebung ihn nicht erkennt. Die Senioren Zeitschrift hat Professor Timo Stöver vom Universitätsklinikum in Frankfurt zu Altersschwerhörigkeit befragt.

Höre ich noch gut? Diese Frage sollten sich Senioren regelmäßig stellen. Denn ab 65 Jahren nimmt schon jeder dritte Mensch hohe Töne, also etwa Vogelgezwitscher oder hohe Frauenstimmen, schlechter bis gar nicht mehr wahr. „Altersschwerhörigkeit beginnt schleichend ab 50 Jahren“, sagt Timo Stöver, Direktor der Hals-Nasen-Ohrenklinik der Uniklinik Frankfurt. „Die Ursachen sind letztlich noch nicht geklärt, aber wir haben heute eine ganze Menge an technischen Möglichkeiten, individuelle Lösungen zu finden, um den Hörverlust auszugleichen.“

Unbehandelte Hörstörungen können den Alltag Betroffener schwer beeinträchtigen. Denn es bleibt oft nicht beim Hörverlust hoher Frequenzen. In geräuschvoller Umgebung werde es schwierig, aus den Störgeräuschen Dauernder Lärm ist Gift für die Gehörgänge.

die Stimme des Gesprächspartners herauszufiltern. „Manchen gelingt es dann, von den Lippen abzulesen. Andere reagieren mit sozialem Rückzug“, sagt Stöver.

Doch Einsamkeit und den Fernseher immer lauter zu stellen, sind keine Lösung. Die Lebensqualität von Hörgeschädigten und ihren Angehörigen steht auf dem Spiel. So kann das Gehirn verkümmern, wenn akustische Reize ausbleiben. Außerdem haben Studien gezeigt, dass Schwerhörige öfter an Demenz erkranken. Auch Depressionen können auf das Konto von Vereinsamung aufgrund von Schwerhörigkeit gehen.

Dennoch, darauf besteht Stöver, seien Hörgeräte nicht für jeden die Ultima Ratio. Der Wille, Anteil am sozialen Leben zu nehmen, müsse da sein, auch die Bereitschaft, sich neuen Dingen auszusetzen. Wer von den



Fotos (2): Oeser

Fluglärm macht krank.

Angehörigen zum Ohrenarzt geschleppt werde und keine Offenheit mitbringe, mögliche erste Anpassungsschwierigkeiten zuversichtlich anzugehen, werde mit seiner Prothese wahrscheinlich nicht glücklich. „Es gibt auch Patienten, die objektiv gesehen fast taub sind, aber subjektiv gut zurechtkommen.“ Angehörige und Ärzte müssten akzeptieren,



Kassenleistung Hörgeräte

Besser hören geht auch ohne Zuzahlung. Die Hörgeräteakustiker haben leistungsfähige Festbetragsgeräte zur Auswahl, deren Kosten von rund 700 Euro pro Ohr die Kassen übernehmen. Doch nicht jedem gefällt das Design der Geräte oder der Klang. Entscheidend sind auch Hörempfinden und Tragegefühl. Die gesetzlichen Krankenkassen sind ver-

pflichtet, auch ein teureres Hörgerät zu bezahlen, wenn dieses einen erheblichen Mehrwert für die Gesundheit des Versicherten bietet. Vor dem Kauf eines teureren Gerätes muss das allerdings mit dem behandelnden Arzt und der Krankenkasse abgeklärt werden. Dann kommen auch hier nur die 10 Euro Zuzahlung für verschreibungspflichtige Hilfsmittel hinzu. *wil*

wenn Schwerhörige den Hörverlust nicht wahrhaben oder nichts dagegen tun wollen.

Wer aber die Grillen wieder zirpen hören, seine Enkel lachen und Feste mitfeiern will, dem stehen je nach Schwere des Hörverlustes grundsätzlich drei Möglichkeiten offen: Klassische Hörgeräte, die heute kleiner und leistungsstärker als früher sind, helfen leicht Schwerhörigen bis 40 Dezibel sozusagen als eine Art Lautsprecher. Mittelgradig Schwerhörige bis zu 60 Dezibel können je nach Indikation auch von implantierbaren Hörgeräten profitieren. Wenn die Innenohrschwerhörigkeit noch weiter fortgeschritten ist, helfen Cochlea-Implantate.

Sie wurden ursprünglich für gehörlose Kinder entwickelt und werden heute von immer mehr Altersschwerhörigen als „Lebensfreude-Implantate“ wahrgenommen. An die Geräte, die über ein Mikrofon den Schall aufnehmen und die Signale

elektrisch auf den Hörnerv übertragen, müssen sich die Patienten etwa ein halbes Jahr lang Schritt für Schritt gewöhnen. Dabei helfen Techniker und Logopäden. „Mit Cochlea-Implantaten wieder hören, ist im Prinzip ein nicht endender Lernvorgang“, sagt Stöver, „es hört nicht auf, besser zu werden“ (siehe dazu auch SZ 2/2018, Seiten 51 ff).

Cochlea-Implantate sind eine Kassenleistung. Doch der Patient entscheidet letztlich, ob und wie er sich helfen lassen will. Es ist die Kunst des Ohrenarztes, mit Kenntnis der ausgereiften technischen Möglichkeiten und mit Einfühlungsvermögen für die Situation des Patienten die passende Lösung zu finden. Stöver rät, sich ab 60 Jahren regelmäßig durch einen Hörtest objektiv über einen möglichen Behandlungsbedarf zu informieren und bei Unsicherheit eine zweite Meinung einzuholen.

Karin Willen

Besser hören, leichter leben

So lautet der Titel des Buches von Anton Stucki. Der Autor erklärt darin, wie das Gehör funktioniert und zeigt, wie es nach seiner Erfahrung gelingen kann, die Hörfähigkeit Schritt für Schritt zu trainieren. Er geht davon aus, dass sich die Hörfähigkeit beeinflussen lässt und das Gehör mit einfachen Übungen wieder verbessert werden kann. Er stellt 20 Übungen vor. Das Programm zur Verbesserung des Gehörs arbeitet mit der Körpergeometrie, der räumlichen Ortung sowie

der Verarbeitung der Wahrnehmung. Mithilfe der Übungen soll die Selbstregulierung des Körpers mobilisiert und die „in uns allen angelegte, ursprüngliche Hörfähigkeit Schritt für Schritt wieder aufgebaut“ werden, so der Autor. *red*



Besser hören, leichter leben
von Anton Stucki
AT-Verlag, 240 Seiten,
25 Euro.



MENSCHEN STÄRKEN. WEGE FINDEN.

Prävention – Beratung – Entlastung

Das Alter bewusst gestalten, Verantwortung übernehmen und dabei jederzeit selbst bestimmen, was geschieht – das ist der Weg, auf dem wir Sie gerne begleiten. Sprechen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne.
Telefon 069 – 2982 404



Pflege zu Hause, in Ihrer Nähe

Sie möchten im Alter möglichst lange zu Hause bleiben.

Sie wünschen sich eine zugewandte Versorgung in ihrer vertrauten Umgebung. Wir leisten individuelle ambulante Pflege. Rufen Sie uns an.

Gemeinsam entwickeln wir Lösungen.
Telefon 069 – 2982 107



Wohnen und Pflege in unseren Altenzentren

Ihr Wohlbefinden steht bei uns im Mittelpunkt. Sie sind 24 Stunden am Tag sicher versorgt. Besuchen Sie uns, wir freuen uns auf Sie.
Telefon 069 – 2982 107

www.caritas-frankfurt.de