

Schwerhörigkeit ernst nehmen und Alzheimer vorbeugen

Düsseldorf - Ein nachlassendes Hörvermögen wird oft nicht ernst genommen. Viele scheuen aus Eitelkeit den Gang zum Arzt, weil sie kein Hörgerät tragen möchten. Das kann schwerwiegende Folgen haben. Schwerhörigkeit ist der wichtigste Alzheimer-Risikofaktor im mittleren Lebensalter. Tritt sie bei 45- bis 65-Jährigen auf und bleibt unbehandelt, ist das Risiko für eine Demenz im Alter verdoppelt.

Menschen, die schlecht hören, reagieren oft mit Rückzug, weil sie Gesprächen nicht mehr so gut folgen können oder schnell müde werden. Weniger Sozialkontakte führen aber dazu, dass das Gehirn weniger Reize verarbeitet, weil es weniger gefordert ist. Die Leistungsfähigkeit des Gehirns nimmt ab und Betroffene haben ein größeres Risiko, an Alzheimer zu erkranken. Das Hörvermögen verschlechtert sich durch altersbedingten Verschleiß ab etwa Mitte 50. Schwerhörigkeit kann aber auch krankheitsbedingte Ursachen haben, wie zum Beispiel Durchblutungs- und Stoffwechselstörungen oder Schäden an der Halswirbelsäule.

Menschen mit einer Hörschwäche sollten das Thema nicht auf die leichte Schulter nehmen. Es ist ratsam, das Hörvermögen regelmäßig von einem Hals-Nasen-Ohren-Arzt oder -Ärztin, oder einem Hörgeräteakustiker oder -Akustikerin untersuchen zu lassen. Sollte es nachlassen, kann in den meisten Fällen ein Hörgerät helfen, die Defizite auszugleichen. Ist die Hörschwäche krankheitsbedingt, sollten die Ursachen behandelt werden. So können Betroffene Gesprächen wieder besser folgen und aktiv am Leben teilnehmen. Ihr Gehirn wird gefordert und bleibt dadurch leistungsfähiger.

Bestellinformation:

Weitere Informationen zum Thema Schwerhörigkeit und Alzheimer sowie elf weitere Risikofaktoren, die eine Alzheimer-Krankheit begünstigen können, haben wir in der Broschüre „Alzheimer vorbeugen – Gesund leben, gesund altern“ zusammengestellt. Die Broschüre kann kostenlos bestellt werden bei der gemeinnützigen Alzheimer Forschung Initiative e.V., Kreuzstr. 34, 40210 Düsseldorf; Telefonnummer 0211 - 86 20 66 0; Webseite: www.alzheimer-forschung.de/alzheimer-vorbeugen.

[Weitere Informationen zur Alzheimer-Krankheit](#)

Über die Alzheimer Forschung Initiative e.V.

Die Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI) ist ein gemeinnütziger Verein, der das Spendenzertifikat des Deutschen Spendenrats e.V. trägt. Seit 1995 fördert die AFI mit Spendengeldern Forschungsprojekte engagierter Alzheimer-Forscher*innen und stellt kostenloses Informationsmaterial für die Öffentlichkeit bereit. Bis heute konnte die AFI 327 Forschungsaktivitäten mit 13,3 Millionen Euro unterstützen und über 900.000 Ratgeber und Broschüren verteilen. Interessierte und Betroffene können sich auf www.alzheimer-forschung.de fundiert über die Alzheimer-Krankheit informieren und Aufklärungsmaterial anfordern. Ebenso finden sich auf der Webseite Informationen zur Arbeit des Vereins und allen Spendenmöglichkeiten. Botschafterin der AFI ist die Journalistin und Sportmoderatorin Okka Gundel.

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“