

# Schwerhörigkeit: Erschöpfung & Gedächtnislücken

*In einer Onlineuntersuchung wurde festgestellt, dass Schwerhörige bei der Arbeit schneller erschöpft sind. Amerikanische Psychologen haben die geistigen Ressourcen von Schwerhörigen untersucht und daraus abgeleitet, dass Schwerhörigkeit die Merkfähigkeit älterer Menschen mindert.*

Unversorgte Schwerhörige werden schneller müde, können sich schlechter konzentrieren und haben Probleme, den Gesprächen mit Kollegen zu folgen. Laut einer niederländischen Studie melden sie sich auch häufiger krank als ihre Kollegen. Sie haben weniger Kapazitäten für ihre Familie, weil sie alle Energie in den Job stecken. All dies bestätigt die Onlineuntersuchung der Organisation Hear-it. Der US-Wissenschaftler Arthur Wingfield und sein Team von der Brandeis-Universität in Waltham berichten in *Current Directions in Psychological Science* über Gedächtnisprobleme bei älteren Schwerhörigen.



Probleme beim Hören können dazu führen, dass die Leistung am Arbeitsplatz nachlässt.

## So entstehen diese Phänomene

Schwerhörige müssen zwangsläufig einen großen Teil ihrer Hirnleistung und Energie auf das Verstehen und Hören von Sprache verwenden, daher bleiben weniger Kapazitäten für andere Dinge übrig, wie zum Beispiel das Merken des Inhalts oder das schnelle Reagieren auf Diskussionsbeiträge. Zudem schränkt eine dauerhaft unversorgte Hörminderung die Leistungsfähigkeit des Hirns ein. Denn die Vernetzung der Hirnzellen wird durch eine adäquate Aufnahme von Schallreizen aufrecht erhalten. Je weniger akustische Reize im Hirn ankommen, desto mehr bilden sich die Synapsen (Verknüpfungen) der Nervenzellen, die für das Verstehen von Sprache verantwortlich sind, zurück. Gibt es also Probleme beim Hören, so kann sich Schritt für Schritt lebenslang erworbenes Wissen abbauen, denn das Gehirn kann die eingehenden Laute und Informationen nicht mehr richtig erkennen und verarbeiten. HNO-Experten gehen sogar so weit zu sagen, dass, wer nichts gegen seine Hörprobleme unternimmt, seine Intelligenz riskiert.

Mit zunehmendem Alter kann das Gehör immer weniger hohe Frequenzen wahrnehmen. Dadurch wird die Unterscheidung und Lokalisierung von Gesprochenem im Hintergrund immer schwieriger. Um sich trotzdem am Gespräch beteiligen zu können, muss sich der Schwerhörige viel stärker als üblich konzentrieren. Diese Konzentration nimmt so viele geistige Ressourcen in Anspruch, dass weniger Kapazitäten für nachgeordnete Funktionen, wie zum Beispiel die Merkfähigkeit und das Verarbeiten von Inhalten, zur Verfügung stehen.

## Studie zu Gedächtnisproblemen bei Schwerhörigkeit im Alter

Zur genaueren Untersuchung der Interaktion von Schwerhörigkeit und geistigen Fähigkeiten wurden den Probanden 15 gesprochene Wörter vorgespielt. Daran anschließend sollten die Teilnehmer, die unter einer leichten bis mittelschweren Hörminderung litten, die letzten drei Wörter wiederholen. Alle Versuchsteilnehmer konnten sich an das letzte Wort erinnern, diejenigen mit Hörproblemen konnten sich jedoch deutlich schlechter an die beiden vorletzten Wörter erinnern als die Vergleichsgruppe ohne Hörschwierigkeiten.

## Die Situation für Menschen mit Hörminderungen lässt sich verbessern

Am Arbeitsplatz muss der Arbeitgeber dafür sorgen, dass alle Arbeitnehmer die gleichen Bedingungen haben. Daher können schwerhörige Mitarbeiter Unterstützungen für den Arbeitsalltag einfordern. Aber: Der Arbeitnehmer muss selbst auch etwas dafür tun. Dazu gehört, regelmäßig seine Hörfähigkeit überprüfen zu lassen, optimal eingestellte Hörhilfen zu nutzen und mit Hörtraining die Hirnleistung zu stimulieren.

-sst - erschienen in: euha aktuell 6/2010