

Interessantes aus der Zeitung

Ich sitze am Frühstückstisch und blättere durch die Tageszeitung. Mit einem Mal bleibt mein Blick an dieser Überschrift hängen: „Hörgeräte können vor Demenz bewahren“. Das ist ja interessant, denke ich und lese den Artikel.

Ich erfahre, dass eine jüngst in einer medizinischen Fachzeitschrift veröffentlichte Studie zeigt, dass die Verwendung von Hörgeräten das Risiko eines verstandesmäßigen Verfalls um 48 Prozent reduzieren kann. Ich erfahre auch, dass es für den Hauptautor der Studie eine große Überraschung gewesen sei, dass ein besseres Hörvermögen so viel Einfluss hat. „Es unterstreicht“, so sagt er, „dass Hören wirklich wichtig ist“.

Ich erfahre zuletzt von drei mögliche Gründen, warum ich mit Hilfe von Hörgeräten im Alter geistig fit bleiben kann:

1. Menschen mit schlechtem Hörvermögen müssen sich mehr anstrengen, um das Gesagte zu verstehen. Sie müssen nämlich ihre verstandesmäßigen Fähigkeiten einsetzen, um aus den Bruchstücken, die sie gehört haben, einen sinnvollen Satz zu formen. Als Schwerhörige verschwende ich damit meinen verstandesmäßigen Vorrat, und der steht mir dann für andere Aufgaben nicht mehr vollständig zur Verfügung.
2. Bei Menschen mit Hörverlust schrumpft der Schläfenlappen schneller, weil er weniger Höranstöße vom Innenohr bekommt.
3. Menschen mit Hörverlust ziehen sich mehr zurück. Wenn ich als Schwerhörige weniger unter Menschen gehe und mich weniger an Gesprächen beteilige, erhalte ich auch weniger anregende Anstöße.

Ich lege die Zeitung beiseite und denke: Wie wahr! Und: Wahrscheinlich spielen alle drei Gründe eine wichtige Rolle. Ich denke auch: Mach einfach so weiter wie bisher!

1. Stecke gleich zu Beginn des Tages deine Hörgeräte in die Ohren und nimm sie erst wieder am Ende des Tages raus.
2. Geh' weiter unter Menschen und beteilige dich an ihren Gesprächen. Und wenn deine Hörgeräte nicht mehr ausreichen:
3. Verwende andere Hilfsmittel wie das kleine Mikrofon und setze sie zielgerichtet und selbstbewusst bei allen deinen Begegnungen und Gesprächen ein.

Beate Gärtner, Zentrum für Seelsorge und Beratung

Beauftragte für Schwerhörigenseelsorge der Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers