

Hören im Alter – Zahlen und Fakten

In der Schweiz leben rund 450'000 Personen im Alter 65+ mit einer Hörminderung. Fast die Hälfte von ihnen behandelt ihr Hörproblem nicht. Noch gravierender ist aber: Schätzungsweise nur 15 Prozent der Betroffenen tragen tatsächlich ein Hörgerät. Somit versorgen gemäss Schätzungen von Pro Senectute rund 380'000 betroffene Senioren ihren Hörverlust nicht oder nur mangelhaft.

Wer im Alter selbständig bleiben und Folgeschäden verhindern will, sollte aber rechtzeitig aktiv werden. Pro Senectute lanciert aus diesem Grund die Sensibilisierungskampagne «Das Leben wieder hören» zum Thema «Hören im Alter». Denn ältere Menschen wollen heute so lange wie möglich selbständig zuhause leben. Das Gehör ist hierfür ein wichtiger Faktor.

Pro Senectute beauftragte das Interdisziplinäre Kompetenzzentrum Alter (IKOA-FHS) der Fachhochschule St.Gallen, aktuelle Studien zur Altersschwerhörigkeit auszuwerten. In diesem Faktenblatt finden Sie die wichtigsten Fragen und Antworten dieser Übersicht auf einen Blick.¹

Was ist Altersschwerhörigkeit?

Altersschwerhörigkeit bedeutet, dass sich mit zunehmendem Alter die Wahrscheinlichkeit für eine Verschlechterung des Gehörs erhöht. Die Hörminderung im Alter betrifft dabei hauptsächlich die hohen Frequenzen. Der Hörverlust entsteht durch eine Schädigung der Haarzellen im Innenohr, aber auch durch degenerative Prozesse in der weiteren Hörverarbeitung. Ursachen sind das Alter an und für sich, Lärm, Infektionen oder genetische Faktoren.²

Wie viele ältere Menschen sind von Hörminderungen betroffen?

Gegenwärtig leben ca. 1.5 Millionen Personen im Alter 65+ in der Schweiz (BFS, Stand 2014). Gemäss der Umfrage EuroTrak³ ist bei den über 65-jährigen jede fünfte Person von Hörminderungen betroffen, bei den über 75-jährigen bereits jede dritte Person.



Abbildung 1: Prävalenz des Hörverlustes in der Schweiz (nach EuroTrak, 2015).

¹ Die Übersicht «Hören im Alter» des IKOA finden Sie unter www.prosenectute.ch/hören (nur auf Deutsch verfügbar).

² Gates, A. & Mills, J.H. (2005). Presbycusis. *The Lancet*, 366(9491)1111-1120.

³ <http://www.anovum.com/de/>

Die WHO schätzt, dass ca. 35 Prozent der über 65-Jährigen in Europa ein Hörproblem haben.⁴ Werden diese Prozentanteile hochgerechnet, so ist davon auszugehen, dass in der Schweiz schätzungsweise 450'000 Personen über 65⁵ an einer Hörminderung leiden.

Leben heute rund 1.5 Mio. Menschen über 65 in der Schweiz, werden es bis 2045 zwischen 2.6 und 2.8 Millionen sein. Mit der Zunahme der älteren Personen durch die demografische Entwicklung, ist mit einer steigenden Zahl von Neuerkrankungen an altersbedingter Schwerhörigkeit in den nächsten Jahrzehnten zu rechnen.

Versorgung mit Hörhilfen

Obwohl Hörminderungen zu einem weit verbreiteten Gesundheitsproblem der älteren Bevölkerung gehören, lassen fast die Hälfte ihren Hörverlust nicht versorgen (46 Prozent). Schätzungsweise nur 15 Prozent der Betroffenen tragen ihr Hörgerät regelmässig.⁶

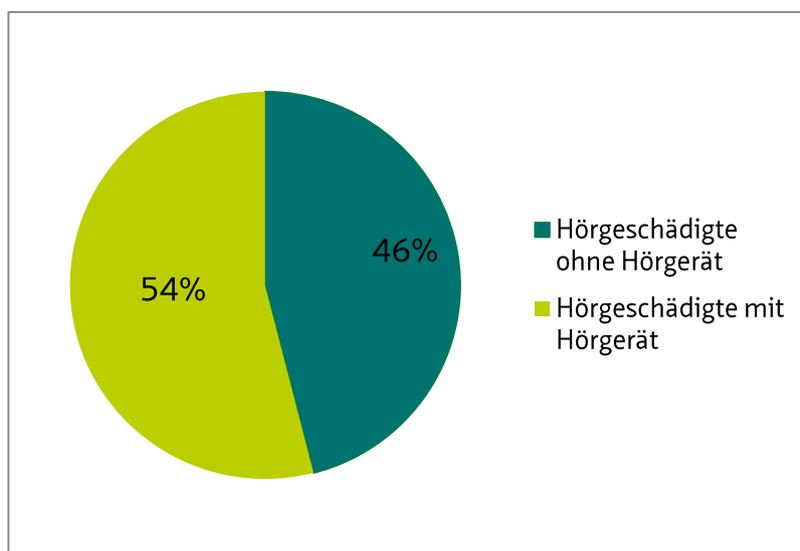


Abbildung 2: Hörgeräte-Versorgungsrate in der Schweiz im Alter 65+ gemäss EuroTrak 2015

⁴WHO (2013). Priority Medicines for Europe and the World 2013 Update. Background Paper 6 – Priority Diseases and Reasons for Inclusion. BP 6.231 – Hearing Loss.

http://www.who.int/medicines/areas/priority_medicines/BP6_21Hearing.pdf

⁵ Obwohl Höreinbussen in den industrialisierten Ländern zu den am stärksten verbreiteten Beeinträchtigungen gehören, gibt es nur sehr wenige epidemiologische Studien dazu. Für die Schweiz stehen lediglich die Daten einer Marktanalyse zur Verfügung, welche 2015 durch Anovum Zürich im Auftrag der Hörgerätehersteller durchgeführt wurde (Repräsentative Befragung von 14'750 Personen auf Basis von Selbsteinschätzungen). Die Resultate der EuroTrak-Studie könnten aufgrund des Faktors Selbsteinschätzung zu tief sein (einen Vergleich von Selbsteinschätzung und Hörverlust gemäss WHO-Einteilung zeigen Holube, I. & Gablenz, P. (2013). Wie schlecht hört Deutschland im Alter? 16. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Audiologie, Rostock, 2013).

⁶ Siehe Fussnote 3 (Anovum) sowie

- Hesse G. (2004). Hörgeräte im Alter. Warum ist die Versorgung so schwierig? HNO, 52, 321–328.

- Hesse, G., & Laubert, A. (2005). Hörminderung im Alter - Ausprägung und Lokalisation. Deutsches Aerzteblatt, 102(42), A 2864-A 2868.

Folgen einer Hörminderung für den Alltag

Das Gehör übernimmt nach Richtberg⁷ im Alltag vier Funktionen, die durch eine Hörminderung beeinträchtigt werden.



Abbildung 3: Die vier Funktionen des Hörens

Die **Alarmierungs-** und die **Orientierungsfunktion** befähigen uns, lebenswichtige Signale aufzunehmen und zu reagieren, z.B. bei einem sich nähernden Auto. Die **Kommunikations-** und die **sozial-emotionale Funktion** ermöglichen den Austausch von Informationen und erlauben die Wahrnehmung von Emotionen, welche durch die Sprache und die Stimme, aber auch durch Musik ausgedrückt werden.

Hörbeeinträchtigungen beeinflussen entsprechend nicht nur das Individuum selbst, sondern dessen gesamte soziale Interaktion wie auch sein soziales Umfeld.⁸

Körperliche Folgen

Schwerhörigkeit wirkt sich indirekt negativ auf die Gesundheit aus. Viele ältere Menschen sind durch ihre Hörminderung gestresst. Dieses Stresserlebnis kann verschiedene körperliche Symptome nach sich ziehen, z. B. erhöhte Blutzuckerwerte oder höheren Blutdruck.⁹ Personen mit stärker Hörminderung haben ein 63 Prozent höheres Risiko, gebrechlich zu werden. Insbesondere bei Frauen erhöht sich zudem das Risiko für Stürze.¹⁰

Psychosoziale Aspekte

Bei einer Hörminderung geht eine Fähigkeit teilweise oder ganz verloren. Dieser Verlust kann eine Trauerreaktion auslösen. Bei gewissen Menschen entstehen Gefühle, die typischerweise mit einem Verlustereignis verbunden sind, z.B. Angst, Depression, Einsamkeit oder Frust.¹¹

Die Beeinträchtigung der sozial-emotionalen Funktion und der Kommunikationsfunktion kann zu Vorurteilen gegenüber Schwerhörigen oder zu Missverständnissen führen. Diese sozialen Probleme, die insbesondere auch zwischen Ehepartnern auftauchen, verunsichern Betroffene und können zu einem sinkenden Selbstwertgefühl beitragen. Um schwierige Situationen zu vermeiden, gehen viele ältere Menschen mit

⁷ Richtberg, W. (1980). Hörbehinderung als psycho-soziales Leiden. *Forschungsbericht* 32. Bonn

⁸ Siehe Fussnote 7, Richtberg (1980)

⁹ Hogan, A., Phillips, R. L., Brumby, S. A., Williams, W., & Mercer-Grant, C. (2015). Higher social distress and lower psych-social wellbeing: examining the coping capacity and health of people with hearing impairment. *Disability and Rehabilitation*, 37, 2070-2075.

¹⁰ Kamil, R.J., Betz, J., Brott Powers, B., Pratt, S., Kritchevsky, S., Ayonayon, H.N., et al. (2016). Association of hearing impairment with incident frailty and falls in older adults. *Journal of Aging and Health*, 28(4), 644-660.

¹¹ Lindsey, H. (2016). Mental well-being tightly linked to hearing health. *The Hearing Journal*, März Ausgabe, 14-18.

einer Hörminderung sozialen Kontakten aus dem Weg. Die Konsequenz sind Rückzug und das Gefühl, einsam zu sein.¹²

Prävention und Rehabilitation

Statistiken aus den USA zeigen, dass es ab dem ersten Verdacht einer Hörminderung durchschnittlich 7-10 Jahre dauert, bis Betroffene ärztliche Hilfe einholen.¹³

Eine Veränderung des Gehörs wahrzunehmen und sich einzugestehen, ist für viele Personen eine grosse persönliche Herausforderung. Die Gründe hierfür sind vielschichtig. Das häufig langsame Fortschreiten des Hörverlusts macht die Selbstwahrnehmung schwierig.¹⁴ Betroffene geben an, Hörgeräte als Stigma zu erleben oder möchten aus ästhetischen Gründen kein Hörgerät tragen.¹⁵

Warum ist es wichtig, Hörprobleme rechtzeitig zu behandeln?

Altersbedingte Schwerhörigkeit kann eine Verschlechterung kognitiver Funktionen begünstigen, da das Gehirn wegen der reduzierten Umweltstimulation weniger gefordert ist. Wenn die Hörbahn über mehrere Jahre nicht angemessen akustisch stimuliert wird, nimmt die Fähigkeit zur Sprachwahrnehmung und Verarbeitung im Gehirn ab. Besteht eine deutliche Schwerhörigkeit über mehrere Jahre, wird eine erfolgreiche Hörgeräteanpassung schwierig.¹⁶ Eine frühzeitige Intervention ist daher wichtig.

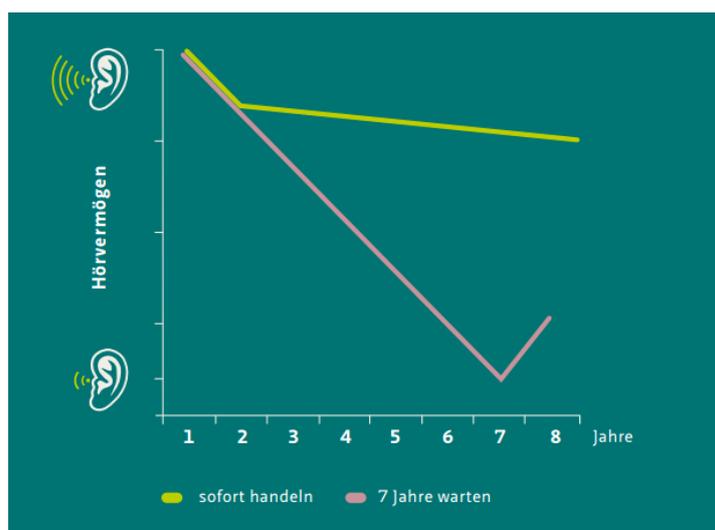


Abbildung 4: Vergleich über 7 Jahre: Besteht eine deutliche Schwerhörigkeit über mehrere Jahre, wird eine erfolgreiche Hörgeräteanpassung schwierig(eigene Darstellung).¹⁷

¹² Lehane, C.M., Dammeyer, J., & Elsass, P. (2016). Sensory loss and its consequences for couples' psychosocial and relational wellbeing: an integrative review. *Aging and Mental Health*, January, 1-11.

¹³ Carson, A. J. (2016). The decision-making spiral in seeking help for hearing problems. *The Hearing Journal*, January, 28-32.

¹⁴ Siehe Fussnote 4: WHO (2013); Hesse G. (2004) und Hesse, G., & Laubert, A. (2005).

¹⁵ Hesse, G., Eichhorn, S., & Laubert, A. (2014). Hörfähigkeit und Schwerhörigkeit alter Menschen. *HNO*, 62(9), 630-639.

¹⁶ RKI Robert Koch Institut (Hg.) (2006). Hörstörungen und Tinnitus. *Gesundheitsberichterstattung des Bundes*, 29.

¹⁷ Siehe Fussnote 16, RKI Robert Koch Institut (2006)

Was bewirken Hörgeräte?

Hörgeräte können die Lebensqualität deutlich verbessern. Die in der EuroTrak-Studie befragten Hörgerätebesitzer in der Schweiz stufen sich als weniger vergesslich ein und klagten weniger über depressive Symptome.¹⁸ Mehrere internationale Studien berichten, dass sich mit der Nutzung eines Hörgeräts die kognitiven Fähigkeiten verbessern und Symptome wie Ängste entsprechend abnehmen. Befragte geben zudem an, dass sich ihr psychisches Wohlbefinden durch die Nutzung eines Hörgeräts erhöht habe. Wichtigste Anreize sind dabei die verbesserte Kommunikation und ihre Fähigkeit, Alltagsprobleme selbständig zu lösen.¹⁹

¹⁸ Siehe Fussnote 3, Anovum (2015)

¹⁹ - Acar, B., Yurekli, M.F., Babademez, M.A., Karabulut, H., & Karasen, R.M.

(2011). Effects of hearing aids on cognitive functions and depressive signs in elderly people.

Archives of Gerontology and Geriatrics 52(3), 250–252. DOI: 10.1016/j.archger.2010.04.013

- Lin, F.R., Niparko, J.K., & Ferrucci, L. (2011). Hearing loss prevalence in the United States. *Archives of Internal Medicine*, 171(20), 1851–1852. DOI: 10.1001/archinternmed.2011.506.

- Ciorba, A., Bianchini, C., Pelucchi, S., & Pastore, A. (2012). The impact of hearing loss on the quality of life of elderly adults. *Clinical Interventions in Aging*, 7, 159-163.