



Schweizerische Depeschagentur

SDA-Schweizerische Depeschagentur  
3001 Bern  
031/ 309 33 33  
www.sda.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Presseagenturen

Themen-Nr.: 375.018  
Abo-Nr.: 1053061

16.03.2017 12:34:15 SDA 0129bsd  
Schweiz / Zürich / Winterthur / Winterthur ZH (sda)  
Wissenschaft, Technik, Forschung, Politik, 11099300, 11099000

## Hörverlust im Alter: Aktiv gegen die Vereinsamung

Rund eine Million Menschen in der Schweiz hören nicht mehr gut. Im Alter nimmt ausserdem die Sehkraft ab. Betroffene brauchen Strategien und die Unterstützung des Umfelds, um dadurch nicht zu vereinsamen.

Wie gehen Seniorinnen und Senioren im Alltag mit nachlassendem Hör- und Sehvermögen um? Das haben Forschende der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften ZHAW in einer Auftragsstudie untersucht. Demnach führen Probleme in der Verständigung dazu, dass Ältere auf gesellige Aktivitäten oft verzichten, weil sie Unterhaltungen in Gruppen nicht folgen können.

Die Betroffenen bemerken den schleichenden Hörverlust zu Beginn häufig nicht selbst oder wollen ihn nicht wahrhaben, schrieb die ZHAW in einer Mitteilung. Pflegefachkräfte könnten hier eine wichtige Rolle spielen, so ZHAW-Pflegeforscherin Daniela Händler-Schuster. Sie könnten Beeinträchtigungen früh erkennen, erste Hörtests durchführen und weitere veranlassen. Ausserdem könnten sie die Betroffenen und Angehörigen darin unterstützen, mit der Veränderung umzugehen.

### Strategien für soziale Kontakte

Dabei sind zum einen Strategien und Hilfsmittel wichtig, mit denen Betroffene dem eingeschränkten Hören aktiv begegnen können: "Vor dem Theaterbesuch lesen sie zum Beispiel das Stück, an einem Vortrag bitten sie den Redner, ein Mikrofon zu nutzen, und in einer Diskussion geben sie das Gesprächsthema auch mal selbst vor, um sich zu beteiligen", sagte Händler-Schuster.

Zum anderen könnten Pflegende besonders da unterstützen, wo der Umgang mit der neuen Situation besonders schwer fällt: Den Mut aufzubringen, sich zu exponieren und seine Bedürfnisse einzugestehen falle besonders Personen mit wenig Selbstvertrauen, einer angeschlagenen Gesundheit und in schwierigen Lebenssituationen schwer. Beispielsweise nach dem Tod der Partnerin oder des Partners.

Pflegende könnten laut Händler-Schuster beispielsweise helfen, Stabilität zu schaffen, soziale Netzwerke auszubauen und an Aktivitäten teilzunehmen.

Für die Studie im Auftrag von Stiftungen und Pro-Audito-Vereinen befragten die ZHAW-Forschenden 46 Seniorinnen und Senioren über 70, die von Hör- und Sehverlust betroffen sind.