

HÖRVORSORGE

Wer besser hört, bleibt geistig aktiver

Gutes Hören spielt eine oft unterschätzte Rolle für geistige Gesundheit – besonders im Hinblick auf Demenzprävention. Wer gut auf seine Hörstärke achtet, bleibt aktiv im Gespräch und hält seinen Geist fit. Ein Hörakustik-Experte von Neuroth klärt auf.



Graz/Wien, 15. September 2025. Zwischen dem Gehör und der kognitiven Gesundheit besteht ein enger Zusammenhang – umso wichtiger ist das Thema Hörvorsorge. Darauf machen die Hörakustik-Expert*innen von Neuroth anlässlich des bevorstehenden Welt-Alzheimerntages (21. September) und des Welttags der mentalen Gesundheit (10. Oktober) aufmerksam.

In Europa leben derzeit rund 196 Millionen Menschen mit einer gewissen Form der Hörminderung – bis 2050 wird ihre Zahl auf etwa 236 Millionen steigen. Auch in Österreich ist das Thema relevant: Aktuell sind etwa 1,8 Millionen Menschen betroffen, bis 2050 werden es voraussichtlich rund 2,5 Millionen sein. Das kann auch Auswirkungen auf die persönliche mentale und kognitive Gesundheit haben. Nicht umsonst zählt die Lancet-Kommission (2020) eine Hörminderung zu den wichtigsten beeinflussbaren Risikofaktoren für Demenz.

Hören als Schlüssel zur mentalen Fitness

„Wer schlecht hört, zieht sich meistens sozial zurück und nimmt nicht mehr so aktiv am Alltag teil“, sagt Gerald Icha, Hörakustik-Meister bei Neuroth, „Wie ein Muskel, den man nicht mehr trainiert, verlernt auch das Gehirn, Geräusche richtig zuzuordnen. Weniger auditive Stimulationen und die soziale Isolation verringern die kognitiven Reserven des Gehirns.“

Eine unversorgte Hörminderung kann das psychische Wohlbefinden in jeder Lebensphase beeinträchtigen. „Eine Hörminderung beeinflusst nicht nur das Hören selbst, sondern beeinflusst die gesamte mentale und emotionale Balance“, erklärt der Hörakustik-Experte. Sowohl Kinder als auch Erwachsene können beispielsweise häufiger Reizbarkeit, Ängstlichkeit, Rückzugstendenzen oder depressive Symptome zeigen. Laut der Studie „EuroTrak Germany 2022“ verbinden 34 Prozent der befragten Menschen mit Hörminderung das Thema Hörverlust direkt mit Depressionen.

Hörminderung als Demenz-Risikofaktor

Studien zeigen, dass bei Personen mit unbehandeltem Hörverlust die Diagnose von Demenz durchschnittlich zwei Jahre nach dem Auftreten von relevanten Symptomen erfolgt. Bei Menschen, die Hörgeräte nutzen, verlängert sich dieser Zeitraum auf durchschnittlich vier Jahre. Diese Verdopplung der Zeitspanne kann entscheidend für Lebensqualität und Pflegeverläufe sein.

Der Erhalt der Hörstärke ist daher ein entscheidender Hebel, um die gesunde Lebenserwartung (Longevity) zu verlängern und mögliche Erkrankungen wie Demenz und Depressionen vorzubeugen. Ein professioneller Hörtest ist dabei immer der erste Schritt zu besserem Hören und gesteigerter kognitiver Fitness.

Rechtzeitige Hörversorgung ist wichtig

„Je früher eine Hörminderung erkannt wird, desto besser ist es auch für unser Gehirn. Individuell angepasste Hörgeräte fördern die geistige Leistungsfähigkeit, verbessern das Sprachverstehen in komplexen Umgebungen und fördern auch die soziale Interaktion“, sagt Icha. So zeigen Träger*innen moderner Hörsysteme in Tests ähnliche Gedächtniswerte wie Personen ohne Hörverlust. Moderne Hörgeräte sind nicht nur technische Hilfsmittel, sondern der Schlüssel zu Kommunikation, Interaktion und sozialer Teilhabe.

Hören ist aber immer sehr subjektiv. „Jeder Mensch hört anders. Für die eine Person ist die Geräuschkulisse in einem Café zum Beispiel ein angenehmer Hintergrundklang, für eine andere ist es störendes Stimmengewirr. Auch hier spielt sich viel im Kopf ab. Daher muss man bei einer Hörversorgung auch immer physiologische, emotionale und kognitive Faktoren berücksichtigen“, so der **Hörakustik-Experte** abschließend.

Infobox

Welche positiven Effekte ein gutes Gehör hat:

- Hören stärkt soziale Beziehungen durch bessere Gespräche.
- Klar verständliche Kommunikation reduziert psychische Belastungen.
- Aktive akustische Wahrnehmung hält das Gehirn fit.
- Selbstvertrauen und Lebensfreude steigen, wenn man aktiv am Alltag teilnehmen kann.

Gesundheitstipp: Regelmäßig seine Hörstärke testen

Um das Risiko einer Demenz oder Depression zu reduzieren, empfehlen Expert*innen einen regelmäßigen Hörtest, um eine Veränderung der persönlichen Hörstärke rechtzeitig zu bemerken. Bei Neuroth kann man jederzeit einen kostenlosen professionellen Hörtest machen – ein erster Schritt zu

besserem Hören. Mehr Infos unter: www.neuroth.com

Pressebilder zum Downloaden:

- 1) Der Erhalt der Hörstärke ist ein entscheidender Hebel, um Erkrankungen wie Demenz und Depressionen vorzubeugen
Credit: Pexels
 - 2) Je früher man sein Gehör mit Hörgeräten versorgt, desto besser ist es auch für die kognitive Leistungsfähigkeit
Credit: Neuroth
-

Über den Hörakustik-Spezialisten Neuroth

Mit über 1.350 Mitarbeiter*innen an rund 280 Standorten in 8 Ländern zählt die Neuroth-Gruppe zu den führenden Hörakustik-Unternehmen in Europa. Unter dem Leitsatz „Besser hören, besser leben“ steht Neuroth seit 1907 für innovative Hörlösungen – mit dem Ziel, Menschen mehr Hörstärke und somit ein besseres Leben zu ermöglichen. Das österreichische Traditionsunternehmen ist mit den Angebotsmarken Neuroth und Viennatone erfolgreich im Geschäftsfeld Hörgeräte und mit der Marke Earwear erfolgreich im Gehörschutzbereich tätig. Auch die Kinderakustik und Medizintechnik zählen zu den Tätigkeitsfeldern des Unternehmens. CEO der Neuroth-Gruppe ist Lukas Schinko, der in vierter Familiengeneration an der Spitze des Unternehmens steht. Die Neuroth-Gruppe hat ihr internationales Headquarter in Graz. Das gruppenweite Supply Center – das Produktions- und Logistikzentrum – befindet sich im südsteirischen Lebring. Mit der Neuroth Academy betreibt Neuroth in Lebring für seine Mitarbeitenden auch ein eigenes gruppenweites Aus- und Weiterbildungszentrum.

Mehr Infos zum Thema Hören und Hörlösungen: www.neuroth.com

Mehr Infos zum Unternehmen Neuroth: <http://group.neuroth.com>

Kontakt PR-Agentur Grayling:

Nicole Hall, Azra Ibrahimovic

Tel: +43 1 524 43 00 – 0

E-Mail: neuroth@grayling.com

Kontakt Neuroth-Gruppe:

Mares Kohlmayr

Corporate Communications

Tel: +43 664 80201 817

E-Mail: mares.kohlmayr@neuroth.com

Corporate Communications:

NEUROTH INTERNATIONAL AG

Schmiedlstr. 1

A-8042 Graz