

## Då ska du söka vård för din dåliga hörsel

Av: Katarina Forsberg

PUBLICERAD: 14 JULI

**Många får sämre hörsel på äldre dagar.**

**Men hörselnedsättning kan också kopplas till att man är i början av en demenssjukdom.**

**– Hjärnan mår bra av att höra och man ska söka vård om man börjar höra sämre, säger professor Elina Mäki-Torkko.**

I Sverige har cirka 19 procent någon form av hörselnedsättning.

– I åldrarna 75 till 85 år är det så många som 45 procent, säger Elina Mäki-Torkko, professor i audiologi vid Örebro universitet.

Att sämre hörsel också kan kopplas till andra sjukdomar är känt. När det gäller kognitiv svikt och demenssjukdom sker det på flera sätt.



Elina Mäki-Torkko, professor i audiologi vid Örebro universitet.

– Dels är det hörselcentrat i hjärnan som kan påverkas vid neurologiska sjukdomar, det blir en störning i hur vi uppfattar ljud. Sedan är det också så att hör man sämre får man inte tillräcklig stimulans och det kan påskynda en demenssjukdom, säger Ulf Rosenhall, professor emeritus vid Karolinska institutet och senior professor vid Göteborgs universitet.

## Viktigt att få hjälp

Han forskar just nu kring äldres hälsa och kognition.

– Demens och hörselnedsättning har starka kopplingar. Det är viktigt att få hjälp så att man får en bra kontakt med omgivningen, säger Ulf Rosenhall, som menar att det finns en möjlighet att skjuta upp utvecklingen av demenssjukdomen om man hör bättre.

En ny studie från Queen Mary-universitetet i London visar också på en koppling mellan hörselnedsättning och Parkinsons sjukdom. Sämre hörsel var förknippad med en 66 procent högre risk att få sjukdomen och många hade haft hörselnedsättning många år innan den bröt ut.

– Det finns kopplingar mellan olika typer av hörselproblem och Parkinsons sjukdom, säger Elina Mäki-Torkko.

– Det finns också flertalet studier som påvisar att personer med diabetes har något sämre hörsel än de som är friska.



Hörselnedsättning kan kopplas till demenssjukdom. Enligt forskare finns det möjlighet att skjuta upp utvecklingen av demenssjukdom om man hör bättre. Foto: GETTY IMAGES/GENRE

## Belastar hjärnan

Redan vid måttlig hörselnedsättning så ökar risken för en utveckling av kognitiv svikt och demens.

– En av teorierna är att sämre hörsel skapar social isolering. Det är också en belastning på hjärnan, du får använda mycket energi för att förstå olika sammanhang, säger Elina Mäki-Torkko.

Men även hjärnans strukturer påverkas vid hörselnedsättning.

– Det kan också vara en gemensam process. Men vi vet att vi mår bra av att höra och att en fungerande hörsel ger rika möjligheter till en stimulans av hjärnan.

Andra sjukdomar, som hjärnhinneinflammation, kan också ge sämre hörsel.

Om man är orolig för sin hörsel ska man göra ett hörseltest på sin vårdcentral.

– Det finns olika tester som kan visa om man samtidigt även har en kognitiv svikt. Ett handlar om man kan uppfatta det som nämns i lurarna samtidigt som det finns ett bakgrundsbuller, säger Ulf Rosenhall.

Det finns också ett test där personen får olika budskap i öronen.

– Det är ett ganska svårt test, där de som börjar få demens kan få väldigt stora svårigheter.



Många söker hörselvård för sent, enligt Elina Mäki-Torkko. Foto: Getty Images/Genre

## Bättre hörapparater

När hörselorganen åldras brukar sämre hörsel komma smygande, det kan ske i 50-årsåldern.

– Man ska inte gå omkring och höra dåligt då. Vi ser folk som har hört dåligt i tio år som söker vård, och då borde man ha sökt hörselvård tidigare, säger Elina Mäki-Torkko.

Tekniken har utvecklats och i dag finns hörapparater som fungerar bra.

– Du kan inte kompensera fullt ut med en hörapparat, men det finns goda möjligheter att förbättra situationen, säger Elina Mäki-Torkko.