

VAD FINNS DET FÖR HÖRSELPREVENTIVA METODER FÖR ÄLDRE?

Niclas Lundqvist, Madeleine Lärka, Hanna Markkinen, Pontus Olesen
Audionomprogrammet, VT-2018

**VI BÖR ARBETA FÖR OBLIGATORISK
SCREENING OCH LYFTA DET MOTIVERANDE
SAMTALET. DET GER VÅRA PATIENTER
MÖJLIGHET ATT LEVA MED BÄTTRE
LIVSKVALITET OCH BEHÅLLA EN GOD
KOMMUNIKATION.**

Inledning

Hörselnedsättning är inget ovanligt problem, bara i Sverige uppger över 775000 personer över 65 år att de har en hörselnedsättning och förekomsten ökar med stigande ålder. Orsakerna är många, både miljöfaktorer som buller och rökning men även hjärt-kärlsjukdomar och genetiska faktorer ökar risken för att få en hörselnedsättning.

Detta tillsammans med det naturliga slitaget som kommer med åldrandet innebär att många personer kommer uppleva någon sorts hörsel förändring någon gång i livet.

Forskning visar att hörhjälpmedel kan hjälpa oss behålla en bra kommunikation och livskvalitet samt även fördröja eventuell demenssjukdom och minska risken för hjärt- och kärlsjukdomar. Det viktiga är att hörselnedsättningar hittas tidigt och att olika hörselpreventiva åtgärder används när det finns behov.

Hörselpreventiva åtgärder är bland annat hörselscreening, vaxborttagning och regelbunden användning av hörhjälpmedel.

Åtgärder

Vax är en vanlig orsak till konduktiv hörselnedsättning som många gånger missas i den allmänna vården. I en forskningsstudie med 83 deltagare fick 9 av dessa tillbaka normal hörsel och hos ytterligare 10 % förbättrades hörseln signifikant när vax avlägsnats. Liksom screening borde otoskopering bli vanligare, speciellt hos äldre.

Obehandlad hörselnedsättning hos äldre personer kan få negativ påverkan på långtidsminnet och ge ökad risk för demens. Tidig upptäckt skulle kunna möjliggöras med obligatorisk hörselscreening av personer över 67 år.

Man har upptäckt att hörselnedsättning och kognitiv försämring/demenssjukdom har samband och test på kognitiva förmågor försämrades över tid. De med mer uttalad hörselnedsättning hade en snabbare försämring av kognitiva förmågor.

En isländsk studie visar att äldre män som använder sina hörapparater lever längre än män som inte gör det. I undersökningen deltog 4926 personer varav 43,1 % var män. Resultatet visade att män med hörselnedsättning har mindre risk för att dö av hjärt- och kärlrelaterade sjukdomar inom en femårsperiod om de använde sina hörapparater jämfört med män som inte använde hörapparater. Resultatet visade också att män och kvinnor som använde hörapparater hade signifikant längre livslängd jämfört med gruppen hörselskadade män och kvinnor som inte använde hörapparater, trots att gruppen som använde hörapparater var äldre och hade en svårare hörselnedsättning.

Med hållbara äldre menar vi äldre med god livskvalitet som känner sig mer sociala och aktiva. Genom att vi fångar upp de äldre som har en hörselnedsättning med screening kan vi förebygga många av fallgröparna av utanförskap och depression.

Att motivera äldre att kontinuerligt använda sina hörhjälpmedel och kommunikationsstrategier kan detta minska risken för bland annat hjärt- och kärlsjukdomar och kan fördröja demens vilket i sin tur sparar kostnader för sjukvården och frigöra resurser.



Referenser:

- Allen, N. H., Burns, A., Newton, V., Hickson, F., Ramsden, R., Rogers, J., ... & Morris, J. (2003). The effects of improving hearing in dementia. *Age and Ageing*, 32(2), 189-193.
- Fisher, D., Li, C., Chiu, M., Themann, C., Petersen, H., Jónasson, F., ... Cotch, M. (2014). Impairments in hearing and vision impact on mortality in older people: The AGES-Reykjavik Study. *Age and Ageing*, 43(1), 69-76.
- Hörselskadades riksförbund. (2017). *Hörselskadade i siffror 2017*. Hämtad 2018-05-14 från https://hrf.se/wp-content/uploads/2016/06/Hsk_i_siffror_nov2017_webb.pdf
- Lin, F. R., Yaffe, K., Xia, J., Xue, Q. L., Harris, T. B., Purchase-Helzner, E. ... Health ABC Study Group. (2013). Hearing loss and cognitive decline in older adults. *JAMA Internal Medicine*. 173, 293-299. DOI: 10.1001/jamainternmed.2013.1868
- Skog, M., & Grafström, M. (2013). *Äldres hälsa och livskvalitet* (1. uppl. ed.). Stockholm: Sanoma utbildning.
- Strawbridge, W.J., Wallhagen, M.I., Shema, S.J., Kaplan, G.A. (2000) Negative consequences of hearing impairment in old age: a longitudinal analysis. *Gerontologist*. 40(3), 320-326.