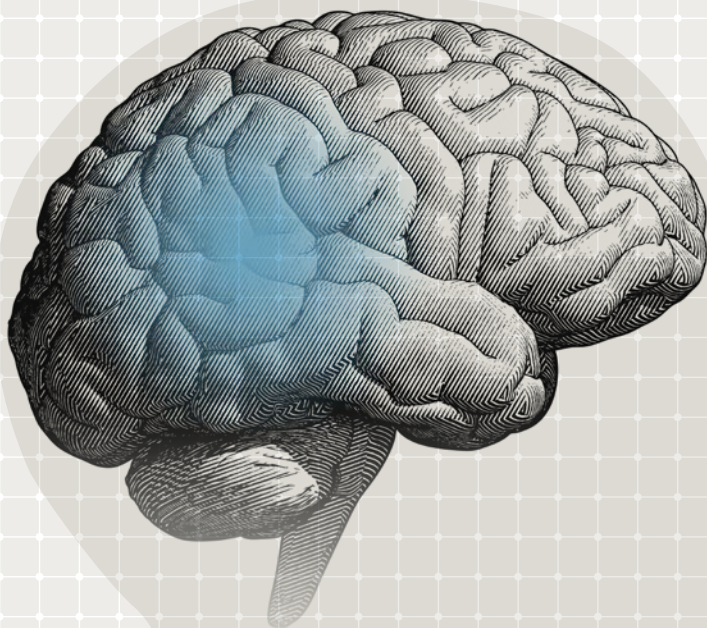



# Høresundhed er hjernesundhed



Hvordan et høretab påvirker din hjerne og dit liv - og hvorfor det er så vigtigt at få den rette behandling.

**oticon**  
life-changing technology



# Din hørelse påvirker din hjerne og dit liv

## **Synes du nogen gange ...**

- at folk mumler?
- at du går glip af pointen, når nogen fortæller en historie?
- at du ikke kan høre dit tv?

## **Og føler du engang imellem ...**

- at du er træt eller usikker til sociale begivenheder?
- at du er forvirret over, hvad der bliver talt om?
- at du hellere ville være blevet hjemme?



### **Din hjerne har måske brug for mere lyd!**

Hvis din hjerne ikke får nok lydinformation fra dine ører, vil du synes, at det er vanskeligere at forstå, hvad folk siger, og hvad der sker omkring dig.

### **At høre er at tænke**

Dine ører opfanger lyd, men det er rent faktisk hjernen, der gør den forståelig.

Da hørelsen er en mental proces, bliver problemer med at høre til problemer for hjernen, hvilket kan give problemer for livet. Men, tag det roligt. Høreapparater, som er gode for hjernen, støtter din hjerne, så den holder sig i form – og dermed undgår du de negative konsekvenser relateret til et ubehandlet høretab.

# Konsekvenser af et ubehandlet høretab

Hvis din hjerne kun har begrænset adgang til lyd, som ved et ubehandlet eller utilstrækkeligt behandlet høretab, kan det føre til alvorlige problemer:



## Øget mental belastning

Når man har brug for at gætte, hvad folk siger, og hvad der foregår omkring dig, øges den mentale belastning af hjernen, hvilket giver mindre mental kapacitet til at huske og yde.<sup>1</sup>



## Social isolation og depression

Personer med ubehandlet høretab kan nå et punkt, hvor de undgår sociale sammenkomster, da de ikke kan klare komplekse lyd miljøer. Dette øger risikoen for ensomhed, social isolation og depression.<sup>2</sup>



## Dårlig balance og faldrelaterede skader

Et ubehandlet høretab kan påvirke balancen, hvilket gør risikoen for faldrelaterede skader tre gange større.<sup>3</sup>



## Demens og Alzheimers

Risikoen for demens er femdoblet, hvis man har et kraftigt høretab, tredoblet ved et moderat høretab og dobbelt så stor ved et mildt høretab.<sup>4</sup>

Disse konsekvenser er grundet måden hørelsen fungerer på i hjernens hørecenter.



### **Det er vanskeligere at følge med i samtaler**

Manglende lydinformation gør det ekstra svært at høre, når man fx mødes med familie og venner eller er på en restaurant, hvor der er mange, der taler.

### **Det er mere anstrengende at lytte**

Med ufuldstændig lydinformation bliver hjernen nødt til at arbejde hårdere, for at genkende lydene. Den bliver nødt til at udfylde hullerne fra hukommelsen og ved at gætte.



### **Den mentale belastning øges for at kunne høre**

Med mindre mental kapacitet tilbage, bliver det sværere for alle andre dele af din hjerne, som også bruges til at få alt omkring dig til at give mening.



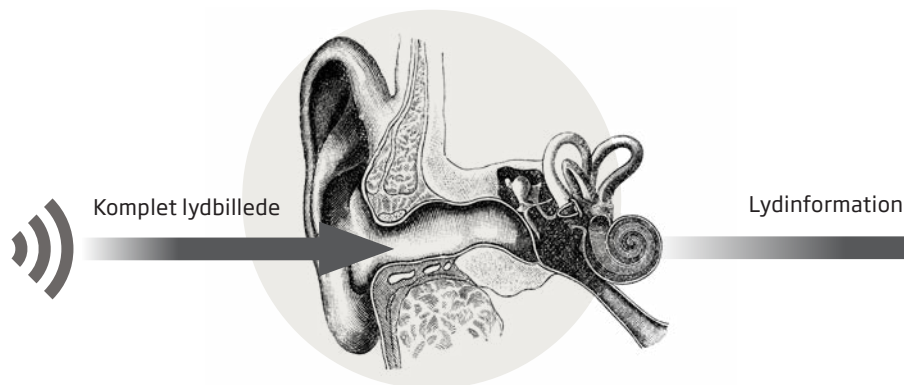
# Sådan fungerer hørelsen i din hjerne

Lyd føres fra dine ører til hørecentret i din hjerne, hvor der findes to undersystemer: Det **orienterende** undersystem og det **fokuserende** undersystem.\* Disse systemer arbejder konstant sammen for at hjælpe dig til at kunne forstå lydbilledet omkring dig.

**Det orienterende undersystem** scanner konstant dine omgivelser for at give et komplet overblik over lydbilledet.

**Det fokuserende undersystem** hjælper dig med at vælge, hvilke lyde du ønsker at lytte til og skifte fokus til - imens irrelevante lyde filtreres fra.

Herfra bruges lyde i andre hjernecentre, inkl. arbejdshukommelsen og langtidshukommelsen, for at genkende og få lydene til at give mening.

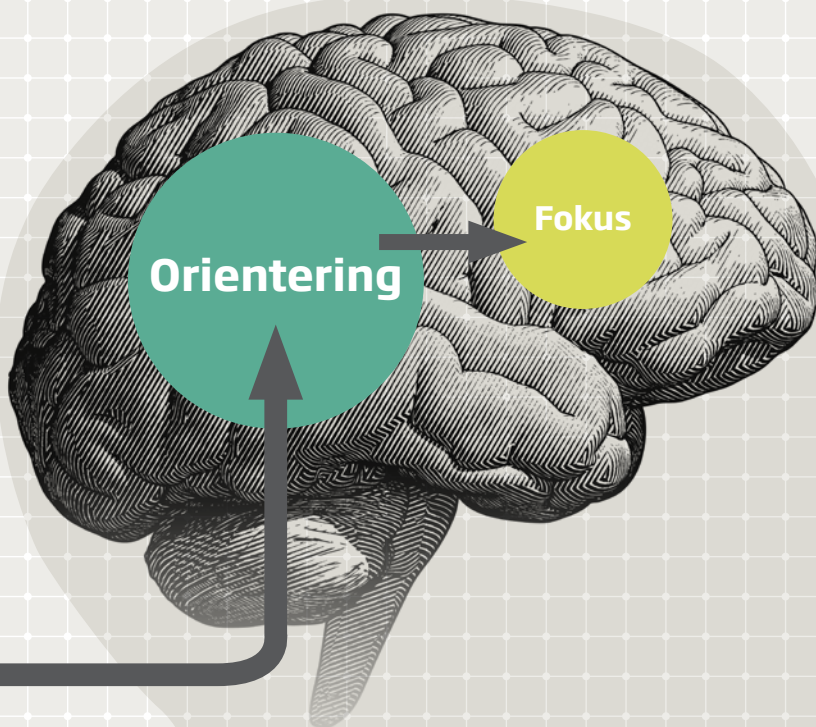


*Høreprocessen med normal hørelse*

\*O'Sullivan et al. (2019) & Puvvada et al. (2017)

Hvordan påvirker et høretab din hjerne?

Når man har et høretab, er den lydinformation, din hjerne har at arbejde med, begrænset. Det gør det meget vanskeligere for hjernen at orientere sig i omgivelserne - hvilket også gør det sværere at fokusere på det, der er vigtigt. For at din hjerne skal kunne fungere naturligt, har den brug for adgang til det komplette lydbillede, så de orienterende og fokuserende undersystemer kan fungere, som de skal. Det er, hvad høreapparater med BrainHearing™-teknologi er designet til.





# Giv din hjerne præcis det, **den har brug for at høre**

## **Jo før du agerer, desto bedre er det for din hjerne**

Forskning viser, at jo før et høretab behandles, desto nemmere og bedre er det for hjernen.

Hvis din hørespecialist anbefaler, at høreapparater er den rette behandling for dig, er det vigtigt at overveje, hvad din hjerne har brug for, når dine høreapparater vælges.

Din hjerne har brug for at høre så eget som muligt med mindst mulig anstrengelse.





### **Kontakt din hørespecialist**

At vælge de rigtige høreapparater kan virke overvældende. Men din hørespecialist er en specialist på området, og han/hun vil tale med dig om dine forventninger og behov og vil komme med en anbefaling, som er skræddersyet til dig. Din hørespecialist kan tilpasse hjernevenlige høreapparater til dig og indstille dem, så de støtter din hjerne bedst muligt.

### **“ Vidste du det?**

Når høreapparater er skræddersyet til dine unikke lyttepræferencer - og hvad din hjerne har brug for - vil du få en meget mere naturlig lyd, uden at skulle koncentrere dig så meget for at forstå, hvad der bliver sagt.

# Hør alle **betydningsfulde lyde** i dit liv



**Oticon  
BrainHearing™  
Technology**

## **Oticon udvikler hjernevenlige høreapparater**

Hvis du vælger høreapparater fra Oticon, vælger du en løsning, der er med til at sikre, at din hjerne får den lydinformation af høj kvalitet, som den har brug for, for at fungere naturligt og forblive i god form.

Vi kalder denne unikke tilgang for BrainHearing, og det gør Oticons høreapparater unikke. Vores BrainHearing-teknologi er baseret på årtier af klinisk forskning.

Det er veldokumenteret, at behandling af høretab med Oticons førsteklasses høreapparater støtter hjernen i at få lyd til at give mening. Dette kan være en hjælp til, at du kan deltage i samtaler og det kan være med til at vende en potentielt negativ spiral til en positiv. Derved får man et bedre fundament, efterhånden som man bliver ældre.



### **BrainHearing-teknologi støtter din hjerne i:**

- at orientere sig bedre i det komplette lydbillede.
- at fokusere mere klart på det, du vælger.
- at forbedre din taleforståelse.
- at gøre det mindre anstrengende at lytte.
- at forbedre din evne til at huske.

Tal med din hørespecialist om  
Oticon høreapparater eller læs mere på  
**[oticon.dk/products](https://oticon.dk/products)**

Kontakt din hørespecialist: