

Waarom heeft ons ouder wordende brein een goed gehoor nodig?

NEOS Schilde 16 maart 2026

Prof. Em. dr. Paul Van de Heyning (MD PhD)

Universitaire Dienst Neus-Keel-Oorziekten en Hoofd-Hals Heelkunde -Universitaire Ziekenhuis Antwerpen (UZA)

Translationele Neurowetenschappen -Faculteit Geneeskunde en Gezondheidswetenschappen-Universiteit Antwerpen

paul@vandeheyning.com

Hoofdpunten en belangrijke Beschouwingen

Minder goed verstaan: 50% gehoor / 50% hersenwerking

0 dB is het stilste geluid dat een normaal horende jonge persoon kan horen (20µPa)

35 dB is 50 X luider; 70dB is 3200 luider; 100dB is 32 000 x luider.

U is niet alleen - Test uw gehoor - Kom op voor uzelf - Zorg voor uw medeburger

Hoorrevalidatie beschermt uw brein

Hoortoestellen - Cochleair implanten - Hoor training

U is niet te jong - U is niet te oud

- Het gehoor stuurt en stimuleert vele taken van de hersenen
 - Verstaan-spraak-taal-herkennen-aandacht-geheugen-gemoed-emotie-plannen-uitvoeren-beslissen-beweging ,
- Onbehandeld gehoorverlies heeft een belangrijk invloed op levenskwaliteit
 - Zelf-stigma, isolement, depressie, hersenwerking, financieel verlies
- Aangepaste gehoorverbeterende maatregelen kunnen de gevolgen voorkomen en verbeteren.
- Het testen van het gehoor bij de eerste tekenen van gehoorverlies mag niet uitgesteld worden.
- Bijna iedereen ouder dan 65jaar heeft een gehoorverlies en bij > 50% op een hinderlijk niveau
- Verstaan in een omgeving met achtergrondgeluid kan verbeterd worden door met elkaar voor een begripvolle omgeving te creëren:
 - word niet boos of geïrriteerd als gevraagd wordt iets te herhalen
 - tager en duidelijker te spreken
 - naar de persoon te kijken en uw mond niet te bedekken
 - iets dichters gaan staan
 - duidelijk maken waarover gesproken wordt – vertrouwd zijn met de actualiteit

Preventie: lawaai: gehoorbescherming – hersenschudding: fietshelm (I love my brain)

Hoortoestellen: ≥ 35 dB verlies; gemiddelde van 3 van de frequenties 500, 1000, 2000, 4000Hz

Twee tot vier weken leren luisteren en aanpassen naar het nieuwe geluid

geduld, realisme (van matig naar licht verlies) (acclimatisatie)

85% van de hoortoestelgebruikers zijn tevreden tot zeer tevreden

Cochleaire implant: $\geq 70\text{dB}$ verlies in best horende oor; gemiddelde van 3: 500, 1000, 2000, 4000Hz

Als hoortoestellen niet meer volstaan (realisme (zeer)ernstig tot licht-matig gehoorverlies)

Meestal daghospitaal; nadien gehoortraining nodig.

<https://www.medel.com/hearing-solutions/cochlear-implants/closest-to-natural-hearing#ci-sound>

Genetische en regeneratieve therapie voor ouderdomsgehoorverlies niet voor morgen

Hearing Health Forum: Nederlandstalig Manifesto



Nederlandse 3-getallen hoortest



Wereld Gezondheids Organisatie Engelstalige 3-getallen hoortest (download app hearWHO)



Download the app

Screeningsvragenlijst naar gehoorverlies bij ouderen.

gevalideerde vertaling van Hearing Handicap Inventory for the Elderly-Screening (HHIE-S)

	Nee	Soms	Ja
1. Voelt u zich vanwege een gehoorprobleem in verlegenheid gebracht als u nieuwe mensen ontmoet?			
2. Ondervindt u door een gehoorprobleem moeilijkheden als u met uw gezinsleden praat?			
3. Ervaart u problemen met het horen/begrijpen van mensen uit uw directe omgeving (collega's, vrienden,...)?			
4. Voelt u zich als gevolg van uw gehoorverlies beperkt in uw dagelijkse activiteiten?			
5. Ervaart u als gevolg van een gehoorprobleem moeilijkheden tijdens bezoeken aan vrienden, familieleden of burens?			
6. Bezoekt u bepaalde evenementen (shows, concerten, religieuze			
7. Levert een gehoorprobleem u soms conflicten op met uw gezinsleden?			
8. Maakt een gehoorprobleem het voor u moeilijk om naar tv of radio te luisteren?			
9. Heeft u het gevoel dat problemen met uw gehoor uw persoonlijke of sociale leven beperken of verstoren?			
10. Ervaart u als gevolg van een gehoorprobleem moeilijkheden als u met familieleden of vrienden naar een restaurant gaat?			

Score

Ja: 4 punten

Soms: 2 punten

Nee: 0 punten

Een HHIE-S score van tenminste 8-11 duidt meestal op een gehoorprobleem