

Natascha Sofie Søndergaard, Niels-Henrik M. Hansen & Eva Juul Toldam,

Resumé: Forskning om relationen mellem høretab og træthed

CFD Videns og Udviklingsenheden har undersøgt, hvad der findes af peer-reviewede forskningsartikler om relationen mellem høretab, lytteanstrengelse og udtrætning. Her præsenterer vi de centrale pointer fra denne undersøgelse. Den komplette oversigt og gennemgang kan læses i Toldam et al. 2024, som kan findes på www.cfd.dk/viden.

Pointer

Gennemgangen peger på at høretab generelt øger risikoen for at personen oplever udtrætning.

- *22 % af personer med høretab oplever ekstrem udtrætning, mens op imod 54 % oplever ekstreme lytteanstrengelser.*
- *Voksne, der lever med høretab, er 9 gange mere tilbøjelige til at rapportere udtrætning relateret til lytte-anstrengelser, end voksne uden høretab.*

Et høretab giver ekstra arbejde, da personen, der lever med høretabet, skal yde en ekstra indsats for at kompensere for høretabets påvirkning. Derfor kan udtrætning være en signifikant bekymring for personer, der lever med et høretab.

- *Belastningen kommer både af at skulle forstå, at der er relevant kommunikation, lytte til denne og forstå hvad der bliver sagt samt respondere på en passende måde.*
- *Udtrætningen påvirker personens kognitive evner og mulighed for at varetage andre arbejdsopgaver.*
- *De kontinuerlige krav om at følge kommunikativt med, leder til udtrætning blandt personer med høretab. Støjende omgivelser øger risikoen for udtrætning. Støj skal her forstås bredt, som alle uvedkomne lyde i lydbilledet, som forstyrrer.*

Brugen af høreapparater kan mindske oplevelsen af udtrætning i nogen grad.

- *Studierne peger dog også på, at lyden igennem høreapparaterne for nogle kan øge belastningen, da den kan være overvældende, og det kræver energi og anstrengelse at afkode disse. Høreapparaterne hjælper således, men ikke så meget som forventet.*



**VIDENS OG
UDVIKLINGSENHEDEN**

CFD
Oktobervej 22A
2860 Søborg

T: 4439 1100
M: 4085 1315

Viden@cfd.dk
www.cfd.dk/viden

Version 1, august 2024