

17. Если слух ухудшился, подберите слуховой аппарат: он нужен, чтобы слышать, а не для профилактики деменции

Выгодность исходной версии: обычная

Доказательность А · исходная версия

для жизни

много денег

несколько часов

немного силы воли

Частично Китай

Спорно

Здесь приведена исходная версия с китайскими условиями. Российские правила пока не проверены; китайские законы, выплаты и телефоны нельзя переносить на Россию.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

Китай — исходная версия. Утверждение «слуховой аппарат помогает предотвратить деменцию» пока не подтверждено. В трёхлетнем испытании с участием почти тысячи человек в целом различий не обнаружили. Различия увидели только среди тех, у кого риск снижения когнитивных функций изначально был повышен. Поэтому слуховой аппарат нужен, чтобы слышать сейчас, разговаривать с людьми и слышать машины при переходе дороги, а не ради состояния мозга через несколько десятилетий.

Затраты

Китай — исходная версия. Слуховой аппарат в Китае стоит от нескольких тысяч до нескольких десятков тысяч юаней. В большинстве случаев платить нужно самостоятельно. Аппарат нужно подобрать, а потом ещё несколько раз приходить на настройку.

Цена в России (ориентир)

слуховой аппарат (за штуку): от 21 000 до 34 500 ₽. Цены в российских магазинах и клиниках меняются и зависят от региона.

Выгода

Китай — исходная версия. Испытание ACHIEVE проводилось в 4 местных сообществах в США. В него включили 977 человек в возрасте от 70 до 84 лет с потерей слуха, по поводу которой они не получали лечения, и без явных когнитивных нарушений. Их случайным образом разделили на две группы: одна получала помощь для улучшения слуха (консультации по слуху и подбор слуховых аппаратов), другая была контрольной и получала обучение вопросам здоровья. Повторные обследования проводили каждые 6 месяцев. Основной конечной точкой было изменение общей оценки когнитивных функций за 3 года. В основном анализе, объединившем участников из двух источников набора, значимых различий между группами не было: в группе помощи для улучшения слуха -0.200 (95% CI от -0.256 до -0.144), в контрольной группе -0.202 (95% CI от -0.258 до -0.145), разница 0.002 (95% CI от -0.077 до 0.081), $P=0.96$. Один заранее запланированный анализ чувствительности показал, что эффект вмешательства различался между участниками из двух источников набора (P для взаимодействия $=0.010$). Участники из длительного наблюдательного исследования сердечно-сосудистого здоровья были старше, имели больше факторов риска снижения когнитивных функций и более низкие исходные когнитивные оценки. Исследователи пришли к выводу, что помощь для улучшения слуха может уменьшить изменения когнитивных функций за 3 года у людей с повышенным риском их снижения, но не у людей с более низким риском. В испытании не сообщалось о серьёзных нежелательных явлениях, связанных с исследованием

Примечания

Китай — исходная версия. Спорно: Часто встречающееся в интернете утверждение «слуховые аппараты уменьшили снижение когнитивных функций почти наполовину» относится к одной подгруппе в этом испытании, а не к его основному результату. Основной результат — отсутствие различий между двумя группами. «Подобрать слуховой аппарат» и «предотвратить деменцию» нужно рассматривать отдельно: первое стоит сделать, второе не стоит считать причиной для этого. Участников единого вступительного экзамена в вузы Китая (高考) с инвалидностью по слуху могут освободить от аудирования по иностранному языку, см. пункт 13 этого раздела (разумное приспособление). В Китае людям с нарушениями слуха при вождении следует носить устройства для улучшения слуха, см. пункт 15 этого раздела (C5).

Источники

Китай — исходная версия — источники

1. Lin FR, Pike JR, Albert MS, et al.; ACHIEVE Collaborative Research Group (2023). Hearing intervention versus health education control to reduce cognitive decline in older adults with hearing loss in the USA (ACHIEVE): a multicentre, randomised controlled trial. *Lancet*, 402(10404):786-797. doi.org/10.1016/S0140-6736(23)01406-X

Россия — источники цен

1. ssluha.ru — слуховой аппарат: 21 000 ₽. Проверено 06.10.2026.
www.ssluha.ru/catalog/product/slukhovoy-apparat-istok-audio-run-a-l-4s
2. Цены в России: sluh71.ru — слуховой аппарат: 24 900 ₽. Проверено 06.10.2026.
sluh71.ru/magazin/product/sluhovoj-apparat-nya-ey277-dw
3. Цены в России: radugazvukov.ru — слуховой аппарат: 34 500 ₽. Проверено 06.10.2026.
www.radugazvukov.ru/catalog/product/run-a-pro-12s