
Altes Gehirn braucht Training

Bei alten Menschen, die in der Nähe schlecht sehen können, leidet auch die geistige Leistungsfähigkeit.

Forscher von der University of Texas haben mehr als 2000 Personen im Alter von mindestens 65 Jahren über sieben Jahre hinweg beobachtet und festgestellt, dass bei denjenigen mit einer entsprechenden Sehschwäche die mentale Fitness schneller nachließ. Man vermutet, dass gewissermaßen mangelndes Hirntraining der Grund dafür ist. Denn wer beispielsweise nicht mehr lesen oder Kreuzworträtsel lösen kann, weil die Augen schlechter geworden sind, dessen Gehirn fängt gewissermaßen an sich zu langweilen und wird träge. Außerdem könnte der Mangel an visuellen Eindrücken möglicherweise auch direkt Auswirkungen auf die Nervenfasern haben, die die Seheindrücke an das Gehirn weiterleiten.