

HØREMANUAL

TIL DIG DER ARBEJDER MED ÆLDRE MED HØRETAB



UDARBEJDET AF

Høreforeningen



INDHOLDSFORTEGNELSE

Indledning	4
Kapitel 1: Hørenedsættelse i tal	4
Kapitel 2: Lyd og hørelse	4
Kapitel 3: Hørenedsættelse hos ældre	5
Kapitel 4: Konsekvenser af dårlig hørelse	5
4.1 Social isolation	5
4.2 De første tegn på at hørelsen svigter	5
4.3 Erkendelse af hørenedsættelse	6
Kapitel 5: Find vej i systemet	6
5.1 Besøg hos ørelægen	6
5.2 Offentlig høreklubnik	6
5.2.1 Tjek den offentlige venteliste	6
5.2.2 Offentlig transport til audiologisk afdeling	7
5.3 Privat høreapparatforhandler	7
5.3.1 Hjemmebesøg	7
5.4 Udlevering af høreapparatet - offentlig/privat	7
5.5 Efterkontrol	7
5.6 Rådgivning fra kommunikationscenteret	8
Kapitel 6: Høreapparatet	8
6.1 Valg af høreapparat	8
6.2 Programmer i Høreapparatet	8
6.2.1 Teleslyngeprogram	9
6.3 Høreapparatets bestanddele	9
Kapitel 7: Håndtering og vedligeholdelse af høreapparatet	9
7.1 Isætning og udtagning af høreapparatet	9
7.2 Øreproppen	10
7.2.1 Pleje af øreproppen	10
7.2.2 Problemer med øreproppen	10
7.3 Fugt i høreapparatet	10
7.4 Ørevoks	10
7.5 Eksem i øregangen	10

Kapitel 8: Anskaffelse af batterier, slanger og filtre til høreapparatet	11
8.1 Anskaffelse af batterier	11
8.2 Anskaffelse af voksfiltere og dele til tyndslanger (tips, tubes, domes, ørekupler)	11
8.3 Anskaffelse af tykkslanger	11
Kapitel 9: Hvem skal man kontakte når	11
9.1 Udskiftning af høreapparater	11
9.2 Defekt høreapparat indenfor garantien	11
9.3 Defekt høreapparat udenfor garantien	12
9.4 Hvis høreapparatet bliver væk	12
9.5 Hvis hørelsen bliver dårligere inden de 4 år er gået	12
Kapitel 10: Høretekniske hjælpemidler.....	12
10.1 Håndtering af Høretekniske hjælpemidler	13
10.2 Fælles teknisk udstyr på plejecentret	13
10.3 Tekstning af tv-programmer	13
Kapitel 11: Akustiske rammer og støj	13
11.1 Fysisk støjdemping	13
Kapitel 12: Gode råd til kommunikation	13
Kapitel 13: Kendte ørelidelser	14
13.1 Menières sygdom	14
13.2 Tinnitus	14
13.3 Lydoverfølsomhed	14
13.4 Otosklerose	14
Kapitel 14: Høreskemaer	15
Kapitel 15: Kontakt Høreforeningen	18
Kapitel 16: Oversigt over producenter af høreapparater	19

Indledning

I denne manual kan du, som professionel indenfor plejeomsorgen finde informationer om høreområdet. Hvad vil det fx sige at have et høretab? Hvordan håndterer og vejleder du bedst en borger med høreapparater? Hvor henvender man sig for at afprøve og søge om høretekniske hjælpemidler? Det er nogle af de spørgsmål, som denne manual besvarer.

Kapitel 1: Hørenedsættelse i tal

Antallet af mennesker, der ikke kan udnytte deres høresans fuldt ud, er voldsomt stort. Alligevel er mennesker med høretab og døvblevne ofte en overset gruppe, da deres handicap er usynligt. At høre dårligt er et kommunikationshandicap, der kan føre til social isolation.

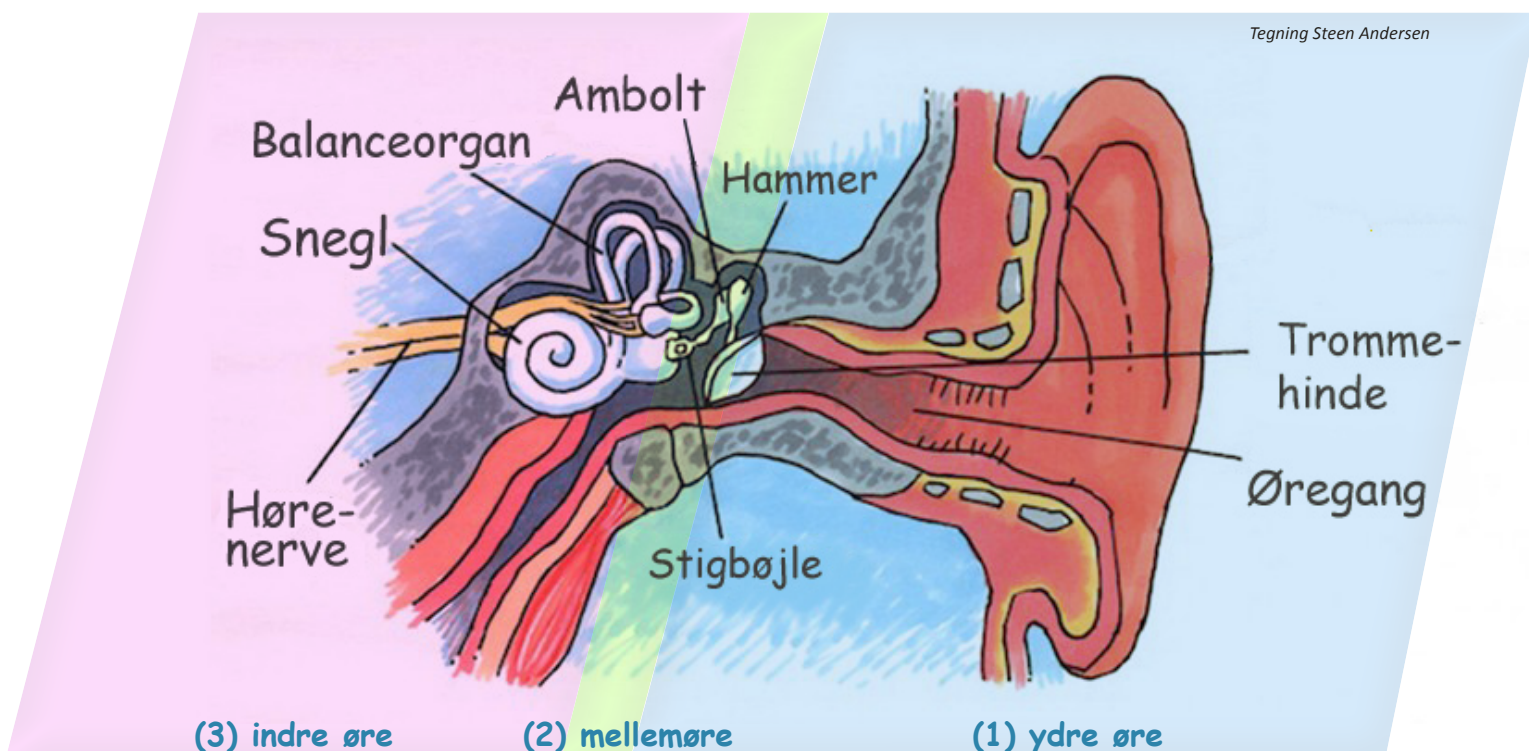
- Hver 6. voksne dansker over 18 år har høreproblemer (ca. 800.000 personer)
- 300.000 har et høreapparat og har brug for teleslynger og andre hjælpemidler
- 50.000 har svært høretab
- 8.000 er døvblevne eller har næsten ingen hørelse tilbage

Kapitel 2: Lyd og hørelse

Nedenfor beskrives ørets anatomi, og hvordan lyden når frem til hjernen.

Høresystemet består af tre dele: (1) det **ydre øre** med den synlige del af øret, ørekanalen og trommehinden, (2) **mellemøret** med de tre små øreknogler (hammer, ambolt og stigbøjle), og (3) det **indre øre** som er et hult, væskefyldt knogleorgan, der består af øresneglen, balanceorganet (buegangene) og hørenerven.

Inde i øresneglen bliver trommehindens svingninger til lydbølger, som påvirker de små hårceller, som er fæstnet til hørenerven. I hårcellerne omdannes lydbølgerne til elektriske signaler, som via hørenerven sendes til hjernen, og det er det, vi opfatter som lyd.



Inde i øresneglen (cochlea) er trommehindens svingninger blevet til lydbølger, og disse lydbølger påvirker de små hårceller, som er fæstnet til hørenerven. I hårcellerne omdannes lydbølgerne til elektriske signaler, som via hørenerven sendes til hjernen, og det er det, vi opfatter som lyd.

Kapitel 3: Hørenedsættelse hos ældre

Hørenedsættelse er nedsat eller manglende evne til at opfange lyd fra omgivelserne, specielt ved samtale i baggrundsstøj. Nedsat hørelse kommer ofte med alderen, såkaldt alderdomshørenedsættelse, og er den mest almindelige årsag til nedsat hørelse. Enkelte former for hørenedsættelse kan skyldes arveligt anlæg. Hørenedsættelse kan indtræffe pludseligt eller gradvist i løbet af flere år. Hvis høretabet kommer gradvist, opdages det som regel ikke, før hørelsen er så dårlig, at man har problemer med at følge med i en normal samtale.

- Hørenedsættelse er helt almindeligt hos ældre. I aldersgruppen over 75 år skønnes hver anden person at have et høreproblem
- Mange med hørenedsættelse hjælpes godt af høreapparat
- Hørenedsættelse er ofte ledsaget af øresusen eller oplevelse af ringende lyde i ørerne eller hovedet (tinnitus)
- Det mest almindelige problem ved alderdomshørenedsættelse er ikke, at patienten ikke kan høre, men snarere at patienten ikke forstår (skelner), hvad der bliver sagt
- Hørenedsættelse kan øge risikoen for kognitive problemer. Forskning viser desuden en sammenhæng mellem grad af høretab og risiko af demens.

Kapitel 4: Konsekvenser af dårlig hørelse

Ubehandlet hørenedsættelse bidrager til social isolation, depression og tab af selvfølelse. Derved forringes livskvaliteten naturligvis væsentligt.

4.1 Social isolation

- Sværere ved at deltage i sociale aktiviteter
- Sværere ved at kommunikere med øvrige beboere, personale og pårørende
- Ringere udbytte af TV og radio
- Samtaler på tomandshånd går bedre end i forsamlinger med mange mennesker, som taler

4.2 De første tegn på at hørelsen svigter

- Borgeren oplever at alle begynder at mumle
- Familien klager over for høj tv-lyd
- Borgeren skal have ord/sætninger gentaget "Hva' si'r du?"
- Der opstår let misforståelser
- Borgeren har behov for at sætte sig på forreste række i forsamlinger, for at kunne følge med
- Borgeren undgår samtaler i baggrundsstøj
- Borgeren er afhængig af øjenkontakt og tydelig tale
- Ubevidst social isolation

4.3 Erkendelse af hørenedsættelse

Det kan tage lang tid at erkende en hørenedsættelse. Det tager gennemsnitlig syv år fra høretabet indtræffer til vedkommende bliver bevidst om sit høretab og søger hjælp. Undgå at der går så lang tid! Tal med borgeren (og eventuelt familien) om at tage til ørelægen for at få konstateret, om der er noget om snakken.

Kapitel 5: Find vej i systemet

Når et person har erkendt et høreproblem og indvilliger i at blive undersøgt, er der hjælp at hente. Høreapparater kan fås gratis via de offentlige høreklinikker, eller man kan få tilskud og vælge at gå til en privat forhandler. Første skridt er dog et besøg hos ørelægen.

5.1 Besøg hos ørelægen

Bestil tid hos ørelægen. For at komme til ørelæge behøver man ikke en henvisning fra egen læge. Hos ørelægen vil der blive foretaget en høreprøve og blive spurgt til borgerens egen oplevelse af sin hørefunktion. Hvis der er en hørenedsættelse, skal ørelægen orientere om muligheden for at få et høreapparat i henholdsvis det offentlige og det private system.

Ørelægen skal desuden udlevere Sundhedsstyrelsens pjece: "Hvis du skal ha' høreapparat"

5.2 Offentlig høreklinik

For at blive undersøgt og få udleveret høreapparater på en offentlige høreklinik skal man kontakte en ørelæge. Ørelægen sender derefter en henvisning til høreklinikken, og borgeren vil automatisk modtage et ventebrev herfra.

Undersøgelsen på høreklinikken er gratis, såvel som høreapparat, ørepropper, tilpasning mv. Høreprøve, lægeundersøgelse og eventuel afprøvning af høreapparat, samt aftryk af øreprop varer ca. 2 timer. Høreklinikken fører alle typer høreapparater, både i form af i-øreapparater, ørehængere og miniørehængere.

Høreapparater fra en offentlig klinik er et udlån. Man skal derfor altid aflevere dem tilbage, når de ikke bruges mere.

Find høreklinikkerne via www.hoeforeningen.dk/findhoereklinik

5.2.1 Tjek den offentlige venteliste

Der er store geografiske forskelle på ventetiderne til høreklinikkerne.

På www.ventefinfo.dk kan man finde en oversigt over de aktuelle ventetider på forundersøgelse på de offentlige høreklinikker.

1. Indtast www.ventefinfo.dk
2. Under Vælg behandlingsområde sættes kryds i Øre/næse/hals. Klik på Næste
3. Under Vælg behandling sættes kryds i "Udlevering af høreapparat (Audiologi)". Klik på Næste, hvorefter oversigten fremkommer.

5.2.2 Offentlig transport til audiologisk afdeling

Det er ikke alle borgere, som har mulighed for at transportere sig selv til og fra høreklubben. I sådanne tilfælde, kan der arrangeres siddende eller liggende sygetransport, da det ikke er muligt at få mobilt udstyr ud, hvad enten det er i privatboligen eller på plejehjemmet.

5.3 Privat høreapparatforhandler

Det er muligt at købe sine høreapparater ved en privat forhandler med offentligt tilskud. De godkendte private forhandlere får et tilskud fra regionen pr. høreapparat, de sælger. Tilskuddet pr. 1. januar 2013 er på 4.000 for ét øre og 6.350 kr. i alt, hvis begge ører behandles. Hvis udgifterne overstiger disse beløb, skal borgeren selv betale merprisen. Betingelsen for at få tilskud er en henvisning fra en ørelæge.

Bemærk, at Sygeforsikringen "danmark" også yder tilskud til høreapparater, og at det i visse tilfælde er muligt at få helbrestillæg til høreapparater.

Læs mere om tilskud til høreapparater på www.hoeforeningen.dk/tilskud

Som regel er der kun kort ventetid på at købe et høreapparat hos de private forhandlere.

5.3.1 Hjemmebesøg

Flere private høreklubber tilbyder hjemmebesøg, både i privatboligen eller på plejehjemmet. Høreklubberne har mobilt udstyr og kan udføre høreundersøgelse, tilpasning eller efterjustering. Udstyret skal efterleve de kvalitetskrav til hørebehandling, som Sundhedsstyrelsen har opstillet.

Betaling af hjemmebesøg er for brugerens egen regning.

5.4 Udlevering af høreapparatet - offentlig/privat

I forbindelse med udlevering af apparaterne, skal de indstilles, så de passer til borgerens høretab. Borgeren samt eventuelt familie/personale instrueres i at betjene apparatet, rengøre det, skifte batterier mv.

Til alle apparater findes en brugermanual. Den manual udleveres ikke altid automatisk. Bed derfor om at få én.

5.5 Efterkontrol

Hvis der er problemer med lyden i høreapparatet, og borgeren har fået det indenfor de sidste 3 måneder, skal høreklubben, hvor høreapparatet er blevet udleveret, kontaktes med henblik på en efterkontrol.

Er der gået over de 3 måneder, skal man flere steder i landet kontakte sit kommunikationscenter for at få justeret sit apparat. Det kan i nogle tilfælde være nødvendigt at få justeret apparatet flere gange, indtil lyden bliver behagelig.

Det er vigtigt, at borgeren kommer tilbage til høreklubben eller kommunikationscenteret, hvis lyden i apparatet ikke er god nok, da det er afgørende for, om borgeren får gavn af apparatet.

5.6 Rådgivning fra kommunikationscenteret

Enhver borger med høreproblemer kan kontakte et kommunikationscenter og få yderligere rådgivning og hjælp. Kommunen skal tilbyde mulighed for gratis instruktion og undervisning i brug af høreapparatet, hvad enten apparatet er købt hos en privat forhandler eller udleveret via det offentlige.

Nedenfor er en liste over kommunikationscentrenes tilbud til borgere med høreproblemer, pårørende og fagpersoner. Tilbuddene kan variere, fx:

- Brug af høreapparat – herunder undervisning og instruktion, f.eks. isætning af høreapparat
- og nogle steder også justering
- Basisviden om hørelse, hørenedsættelse og høreapparater
- Hjælp til anskaffelse af filtre, slanger og batterier
- Høretekniske hjælpemidler; afprøvning og ansøgning
- Hjælp ved tab af høreapparat (udleverer flere steder låneapparater)
- Høretaktik (gode råd til kommunikation)
- Tegnstøttet kommunikation - for begyndere, let øvede, øvede
- Høretræning for CI-brugere (Cochlear Implant)
- Lære at håndtere tinnitus
- Lære at håndtere menière
- Undervisning af fagpersoner i daglig brug og vedligeholdelse af høreapparater

Kommunikationscentrene tilbyder også hjemmebesøg i de tilfælde, hvor borgeren ikke har helbred til at møde op på kommunikationscentret.

Find nærmeste kommunikationscenter via www.horeforeningen.dk/kommunikationscentre

Kapitel 6: Høreapparatet

Et høreapparats primære opgave er at gøre tale forståelig og tydelig i det omfang, det er muligt. Det er vigtigt at være opmærksom på, at et høreapparat aldrig kan genskabe den normale hørelse.

6.1 Valg af høreapparat

Der er mange typer høreapparater, og det rette apparat kommer an på høretab og lyttebehov. Men det er en god idé at spørge til mulighederne og afprøve flere forskellige, hvis muligt.

Det offentlige er forpligtet til at udlevere det bedst egnede høreapparat. Er der flere apparater, der er lige egnede, vil man vælge det billigste.

Hvis man har svært ved at skrue på småbitte knapper, håndtere meget små batterier og rense apparatet hver dag ved hjælp af små værktøj, er et lille i-øret-apparat ikke sagen. Det er i hvert fald nødvendigt at være sikker på at kunne få hjælp fra andre. Vær opmærksom på, at der til mange høreapparater kan fås en fjernbetjening, der gør det nemmere at betjene apparatet. Bemærk også, at der findes apparater med genopladelige batterier, hvor man slipper for at håndtere små batterier. Her anbringes apparatet i en oplader om natten.

6.2 Programmer i Høreapparatet

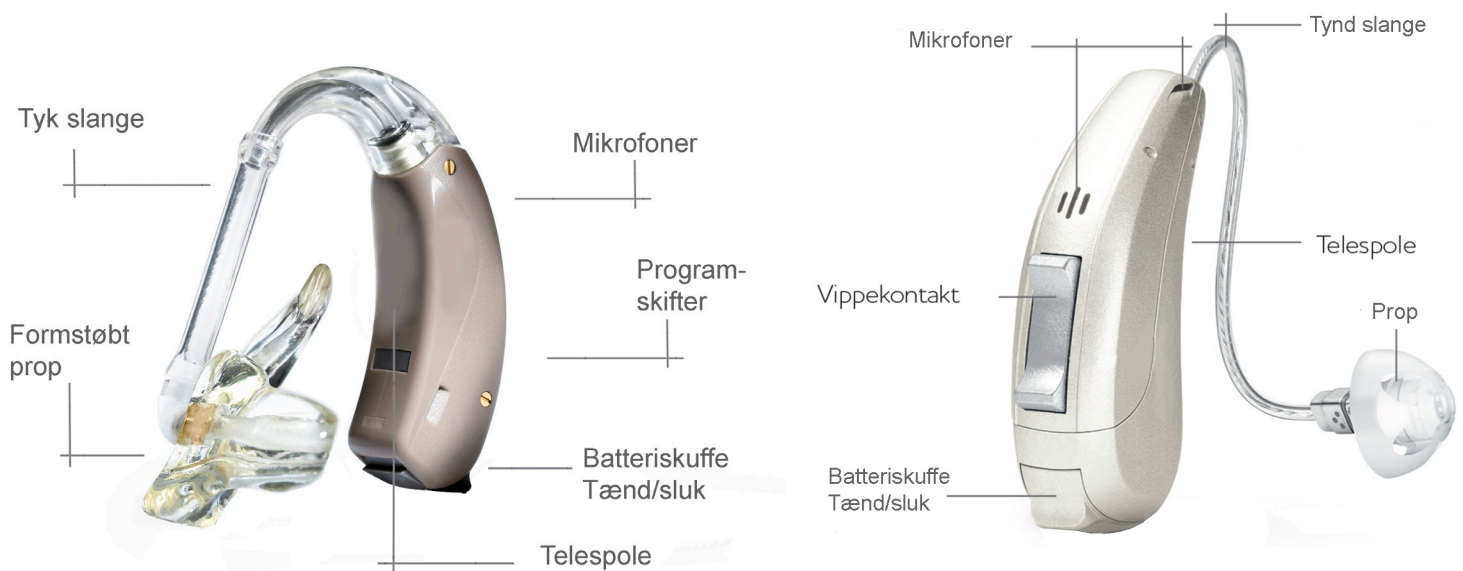
Borgeren skal have kendskab til hvilke programmer, høreklinikken har lagt ind i høreapparatet. Bed om at få skrevet navnene på programmerne ind i den vedlagte høreapparatmanual. Er der problemer med at betjene apparatet/programmerne, så kontakt kommunikationscenteret.

6.2.1 Teleslyngeprogram

Mange høreapparater, men ikke alle, har teleslyngeprogram. Teleslyngeprogrammet gør, at man kan sætte sit høreapparat til at opfange lyd via teleslynge og dermed få den lyd, man ønsker at høre, direkte ind i sit høreapparat. Ofte bruges teleslynge i forbindelse med radio eller tv i hjemmet, men også i offentlige bygninger, forsamlingshuse, kirker og biografteater kan der være installeret teleslynge. Det er derfor vigtigt at være opmærksom på, om borgeren vil have glæde af et teleslyngeprogram, når man vælger høreapparat.

6.3 Høreapparatets bestanddele

Alle høreapparater består af en forstærker, mikrofon og højttaler. Det moderne høreapparat er digitalt og kan indstilles efter den enkelte brugers behov, fx i forhold til forstærkning og programmer. Billede 1 nedenfor viser et bag øret apparat med tyk slange. Billede 2 er et bag øret apparat med tynd slange. Bemærk dog, at der også findes andre typer apparater, hvor hele apparatet er placeret inde i øret (i øret apparat).



Tak til Widex og Siemens for brug af billeder

Kapitel 7: Håndtering og vedligeholdelse af høreapparatet

Hvis borgeren af den ene eller anden årsag ikke selv kan håndtere høreapparatet i dagligdagen skal familie og plejepersonalet sætte sig ind i brugen af høreapparatet, så borgeren får det optimale udbytte og dermed en øget livskvalitet.

7.1 Isætning og udtagning af høreapparatet

Vær sikker på, at høreapparatet er slukket ved isætning eller udtagning af apparatet, da det ellers kan medføre ubehagelige hyletoner. Batterikammeret skal være vippet lidt ned, så batteriforbindelsen er afbrudt. Tryk let nedad på den fremspringende kant på forsiden af batterikammeret, indtil du møder en let modstand. Nu er høreapparatet afbrudt.

Isætning: Det er ofte en hjælp at trække forsigtigt opad eller bagud i øreflippen foroven. Så skubbes proppen på plads i øregangen. Derefter vippes høreapparatet på plads bag øret. Tænd for høreapparatet ved at lukke batterikammeret helt.

Udtagning: Når høreapparatet skal tages ud af øret, holder du om den nederste tykke del af øreproppen og trækker forsigtigt. Det kan være en hjælp at skubbe let bag på øret.

7.2 Øreproppen

Øreproppens pasform har meget stor betydning for borgerens udbytte af høreapparatet. Proppen skal sidde optimalt i øret og må ikke klemme eller genere.

7.2.1 Pleje af øreproppen

Øreproppen bør efterses dagligt for voks og smuds. Proppen rengøres i lunkent sæbevand, brug evt. en blød børste. Brug aldrig sprit eller lignende stærke væsker.

Øreproppen kan også lægges i et glas vand med en brusetablet af den slags, man bruger til at rengøre tandproteser med. Husk at skylle proppen med varmt vand, så der ikke sidder rester af brusetablettens kemikalier tilbage på proppen.

Inden proppen monteres på høreapparatet og bruges igen, skal den være tør og der må ikke være en vanddråbe i lydkanalen - så kommer lyden ikke igennem. Pust proppen igennem med en lille ballon, som kan købes på apoteket eller hos forhandlere af høreapparater og hjælpemidler. Man kan også lade proppen ligge på et stykke køkkenrulle, indtil den er helt tør.

7.2.2 Problemer med øreproppen

Hvis borgerens øreprop er itu eller skal fornyes skal det foregå på audiologisk klinik, der hvor apparaterne er udleveret.

Hvis øreproppen generer i øret, eller høreapparatet hyler meget, skyldes det ofte forkert placering af øreproppen. Ofte kan proppen ikke placeres korrekt på grund af ørevoks og stiv eller for kort slange. Hvis det ikke hjælper at gøre noget ved disse problemer, skal borgeren have tjekket øreproppen på høreklinikken eller hos kommunikationscenteret.

7.3 Fugt i høreapparatet

Hvis der kommer fugt i høreapparatet, fx pga. sved, kan apparatet holde op med at virke. Det er derfor en god idé at fjerne batteriet og lade batteriskuffen stå åben om natten, så høreapparatet kan blive "udluftet". Man kan også anskaffe sig en særlig tørredåse, hvor høreapparaterne lægges hver aften.

7.4 Ørevoks

Mennesker der bruger høreapparater har større risiko for overproduktion af ørevoks end normalthørende. Ørevoksen kan samle sig som en klump, der lukker øregangen og kan give midlertidig nedsat hørelse, smerter eller øresusen. Et studie viste, at op til 60 % af ældre på plejehjem (Roeser RJ et al. 1997) havde aflukkede øregange på grund af ørevoks. Send borgeren til ørelæge ved mistanke om problemer grundet ørevoks. Forsøg ikke selv at fjerne voksen.

7.5 Eksem i øregangen

Hvis der opstår kløe, smerter eller andet ubehag i øregangen, kan det skyldes øregangseksem. Opsøg derfor læge, da tilstanden kan blive kronisk og besværliggøre brug af høreapparater. Andre problemer såsom svamp i ørerne eller meget ørevoks kan også gøre det ubehageligt at bruge høreapparater.

Kapitel 8: Anskaffelse af batterier, slanger og filtre til høreapparatet

Borgeren og eventuelt familie/personale skal kende til systemet i forhold til at rekvirere de smådele, som er nødvendige for, at apparatet kan fungere i hverdagen. Vær opmærksom på, at batterier findes i forskellige størrelser (har forskellige numre), og at høreapparatfiltre også er forskellige og skal passe til det enkelte apparat.

8.1 Anskaffelse af batterier

Batterier er altid gratis, hvad enten man har fået høreapparatet fra det offentlige eller private.

Siemens leverer batterier til alle høreapparatbrugere i Danmark. Batterier kan fås på følgende måder:

- Batteri-bestillingskort findes på offentlige og private hørecentre samt kommunikationscentre.
- Man kan også bestille batterier via www.siemens.dk/batterier
- Man kan ligeledes bestille batterier ved at ringe på tlf. 63 15 40 12 alle hverdage mellem kl. 9 og 16.

Siemens vedlægger sammen med alle batterileverancer også et bestillingskort, som kan udfyldes og returneres ved genbestilling. Husk at notere korrekt batteritype.

8.2 Anskaffelse af voksfiltre og dele til tyndslanger (tips, tubes, domes, ørekupler)

Disse bestilles direkte hos producenten af det udleverede høreapparat. Der kan evt. være vedlagt et bestillingskort ved udleveringen af høreapparaterne.

8.3 Anskaffelse af tykslanger

Plastslangerne som forbinder bag øret apparater med ørepropperne, skal udskiftes regelmæssigt, inden de bliver stive og vanskelige at afmontere, når propperne skal renses. Slangerne, som er til afklip, og tubelocks (de særlige slanger, der bruges til de bløde propper) fås hos Siemens via den samme procedure som ved batteribestilling (se afsnit om batterier).

Kapitel 9: Hvem skal man kontakte når...

... apparaternes garantiperiode er udløbet? Eller apparaterne er defekte eller bliver væk? Hvad gør man, hvis hørelsen bliver så dårlig, at borgeren ikke længere kan bruge sine nuværende apparater?

9.1 Udskiftning af høreapparater

Enhver borger er berettiget til nyt høreapparat, når garantien på det nuværende høreapparat er udløbet, det vil sige 4 år efter udleveringen. Borgeren skal selv tage initiativet til denne udskiftning ved henvendelse til egen læge, ørelæge eller hørecenter. Det er først muligt at komme på den offentlige venteliste, når de 4 år er gået.

9.2 Defekt høreapparat indenfor garantien

Er høreapparatet gået i stykker indenfor garantiperioden på de 4 år, skal apparatet sendes til høreapparatfirmaet, hvorfra det er leveret.

9.3 Defekt høreapparat udenfor garantien

Hvis der er gået mere end 4 år, er garantien udløbet, og borgeren skal kontakte høreklubben for at blive skrevet op til ny undersøgelse. Kontakt eventuelt kommunikationscenteret for hjælp til låneapparat i den mellemliggende periode.

9.4 Hvis høreapparatet bliver væk

Offentligt udleveret apparat: Hvis apparatet er mistet, skal man henvende sig til det kommunikationscenter, som man hører til eller høreklubben med henblik på et låneapparat.

Find nærmeste kommunikationscenter via www.horeforeningen.dk/kommunikationscentre

Privat købt apparat: De fleste private høreapparatforhandlere giver mulighed for, at man kan tegne en forsikring, hvis apparatet skulle bortkomme inden for garantiperioden.

9.5 Hvis hørelsen bliver dårligere inden de 4 år er gået

Hvis der i de efterfølgende år (efter udlevering af høreapparatet) er forværring eller mistanke om forværring af hørelsen, skal borgeren kontakte en ørelæge for at få foretaget en ny høreprøve. Kontakt eventuelt også kommunikationscenteret for yderligere hjælp.

Kapitel 10: Høretekniske hjælpemidler

For de fleste er det relevant at overveje, om der er behov for høretekniske hjælpemidler fx:

- Teleslynge i hjemmet - forudsætter at der er telespole i selve høreapparatet
- Forstærkertelefon
- Forstærkerdørklokke
- FM-anlæg - et trådløst system, hvor signalet fra en mikrofon kan modtages direkte i brugerens høreapparat, på samme måde som en FM radio modtager et signal fra en radiosender.
- Bluetooth og anden opkobling af høreapparat til mobil, telefon, tv, computer mv.
- Kommunikator - består af en lille mikrofon med forstærker. Kommunikatoren forstærker lydene i omgivelserne - og ved at holde kommunikatoren op til øret forbedres mulighederne for at høre. En kommunikator er et praktisk hjælpemiddel, hvis man endnu ikke har fået høreapparat eller ikke kan/vil bruge høreapparat.

Kommunikationscentret vil som oftest stå for at søge kommunen om bevilling af høretekniske hjælpemidler. Kommunikationscentret har ekspertise i at vurdere den enkelte borgers behov og kan i enkelte tilfælde også tage på hjemmebesøg for at vurdere behovet for hjælpemidler i borgerens hjem.

Find nærmeste kommunikationscenter via www.horeforeningen.dk/kommunikationscentre

Bemærk, at det også er muligt selv at købe hjælpemidler gennem de private høreklinikker.

10.1 Håndtering af Høretekniske hjælpemidler:

Høretekniske hjælpemidler kræver, at borgeren og eventuelt familien/plejepersonale sætter sig ind i brugen af dette. Fx:

- Mange hjælpemidler skal oplades eller være tilkoblet fast strømforsyning
- Brug af hjælpemidler kan kræve programsift på høreapparatet, inden det kan anvendes.
Fx skift til teleprogram (T eller MT) ved brug af teleslyngeanlæg

10.2 Fælles teknisk udstyr på plejecentret

Ud over at den enkelte borger kan have behov for udstyr i egen bolig, vil der på ethvert plejecenter være behov for fælles teknisk udstyr såsom teleslyngeanlæg til fællesarrangementer.

Det er vigtigt, at det forskellige udstyr i huset ikke forstyrrer hinanden. Få derfor en samlet vurdering af det installerede udstyr hos en tekniker med forstand på høretekniske hjælpemidler.

10.3 Tekstning af tv-programmer

Mennesker med høreproblemer har ofte svært ved at høre, hvad der bliver sagt i tv. Derfor kan undertekster være en god hjælp - uanset hvilket sprog, der tales i programmet.

Læs via linket her, hvordan man slår undertekster til: www.horeforeningen.dk/teksttv

Kapitel 11: Akustiske rammer og støj

Dårlig akustik giver dårlige høreforhold og får mennesker til at hæve stemmen, hvilket øger støjniveauet. For borgere med hørevanskeligheder er det derfor i den grad vigtigt, at de akustiske rammer er optimale. Her er nogle eksempler på, hvordan man kan forbedre akustikken og dæmpe støjen i et rum:

11.1 Fysisk støjdemning

- Gummi- eller filtdupper ved skabslåger, døre, stole- og bordben mv.
- Fjedre ved skabslukning/hængsler
- Gardiner (naturprodukt)
- Filtbeklædning under borde
- Reoler (med indhold)
- Polstrede møbler
- Duge på bordene og servietter mellem kop og underkop

Kort sagt: Indret så vidt muligt med bløde materialer, da det vil opsuge en del af lyden og dermed forbedre akustikken. Fysisk støjdemning bør gå forud for pædagogisk støjdemning.

Kapitel 12: Gode råd til kommunikation

Her er en række gode råd til, hvordan man bedst taler med mennesker med nedsat hørelse:

- Se på den, du taler til
- Stil dig, så lyset falder på dit ansigt
- Tal tydeligt og ikke for hurtigt

- Skjul ikke munden med hænderne
- Undgå baggrundsstøj
- Tal én ad gangen
- Gentag eller brug andre ord
- Lad være med at råbe

På www.socialstyrelsen.dk er det muligt at downloade en plakat med gode råd til kommunikation med mennesker med høretab. Find plakaten under "Udgivelser".

Kapitel 13: Kendte ørelidelser

Ved mistanke om en ørelidelse bør man opsøge en ørelæge for nærmere udredning. Får man diagnosticeret en ørelidelse, er det altid en god idé at tage kontakt til et kommunikationscenter. Nedenfor er en kort beskrivelse af de hyppigste ørelidelser.

13.1 Menières sygdom

Menières sygdom skyldes problemer med trykreguleringen i det indre øre og er kendetegnet ved svimmelhed, kvalme og opkastninger, hørenedsættelse, tinnitus og trykken for øret.

Læs mere om menière via www.hoeforeningen.dk/meniere

13.2 Tinnitus

Tinnitus er betegnelsen for enhver oplevelse af lyd, der ikke skyldes en ydre lydkilde. Det kan være susen, brummen, ringen, hyletoner eller en hvilken som helst anden lyd. Tinnitus er ikke en sygdom, men kan kaldes et symptom eller et fænomen. Der er en sammenhæng mellem tinnitus og høretab. Jo større høretab, des større er risikoen for tinnitus. Hvis man foruden tinnitus har en hørenedsættelse (der ikke behøver at være særlig udtalt) vil et høreapparat ofte være en meget god hjælp, idet forstærkning af de udefrakommende lyde til et normalt niveau ofte vil dæmpe tinnituslyden.

Læs mere om tinnitus via www.hoeforeningen.dk/tinnitus

13.3 Lydoverfølsomhed

Lydoverfølsomhed betyder, at man er særlig følsom over for lyd og har svært ved at klare et helt almindeligt, dagligdags lydunivers. Lydoverfølsomhed er på ingen måde hysteri, men er ligesom tinnitus et fænomen, der kan være meget belastende. Ofte er tinnitusramte og mennesker med høretab også lydfølsomme i større eller mindre grad.

Læs mere om lydoverfølsomhed via www.hoeforeningen.dk/lydfoelsom

13.4 Otosklerose

Otosklerose er en sygdom i mellemøret, der skyldes en sammenvækst af øreknoglerne i mellemøret. Trommehindens svingninger, som omformes til lydbølger i indre øre, redceres. Udviklingen af otosklerose og den nedsatte bevægelighed i mellemøret sker gradvist på enten det ene eller begge ører. Hørenedsættelsen kan være fulgt af tinnitus og eventuelt også svimmelhed. Høreapparat kan være et alternativ til operation.

Læs mere om otosklerose via www.hoeforeningen.dk/otosklerose

Kapitel 14: Høreskemaer

Følgende skemaer kan bruges til at skabe overblik over borgerens høreapparat, høreftaler samt eventuelle hjælpemidler.

HØREAPPARATSKEMA								
Navn:						Cpr. Nr.:		
Skemaet bruges til at skabe overblik over vedligeholdelsen af høreapparatet								
	Dato							
Batteriskift								
Filterskift								
Renset slanger								
Skiftet slanger								
Fået fjernet voks i ørerne hos ørelæge								
Andet (skriv hvad)								

Ørepropperne bør efterses dagligt for voks.

Hvis høreapparatet ikke virker eller har mindre effekt, så prøv at skifte batterier, skifte filter, rense slange, skifte slange, rense proppen eller få fjernet ørevoks hos ørelægen. Se også trykt brugsanvisning eller producentens hjemmeside. Ved fortsatte problemer, kontakt høreklub/kommunikationscenter.

HØREAFTALER	
Navn:	Cpr. Nr.:
	Dato og klokkeslæt
Ørelæge	
Hørelinik	
Kommunikationscenter	
Andre aftaler (skriv hvilke)	

Forberedelse inden høre aftaler:

- Hvordan opleves lyden i hverdagen?
- Hvad skal der spørges/informeres om?
- Hvilke informationer er det vigtigt at få med hjem fra besøget?

HØRETEKNISK UDSTYR		
Navn:		Cpr. Nr.:
	Har	Planlægger at anskaffe
Mikrofonudstyr/ FM-udstyr		
Teleslynge til TV (halsslynge eller fast installation)		
Halsslynge til mobiltelefon		
Direkte ledning til TV/musikafspiller		
Alarmudstyr: Dørklokke Røgalarm Vibratorvækkeur		
Andet udstyr (skriv hvilket)		

Kapitel 15: Kontakt Høreforeningen

Høreforeningen er for alle med høretab og øresygdomme. Foreningen påvirker de politiske beslutninger, formidler viden om høretab og arbejder for at forbedre livsvilkårene for de omkring 800.000 danskere, der har lyd- og høreproblemer eller øresygdomme. Som medlem af Høreforeningen får du blandt andet medlemsbladet Hørelsen og mulighed for at deltage i lokale arrangementer.

Medlemmer af Høreforeningen kan også modtage vejledning. I Høreforeningen har vi viden om en lang række problemstillinger inden for høreområdet, og vi vil ofte være i stand til at guide dig videre i systemet.

Man kan ringe til Høreforeningens sekretariat på tlf.: 36 75 42 00 mandag til fredag.
eller sende en mail til mail@hoeforeningen.dk

Indmeldelse kan ske via www.hoeforeningen.dk/indmeldelse



Kapitel 16: Oversigt over producenter af høreapparater

Bernafon



www.bernafon.dk

GN ReSound



www.gnresound.dk

Interton



www.interton.de

Oticon



www.oticon.dk

Otodan



www.otodan.dk

Phonak



www.phonak.com/dk

Siemens - Rexton



www.hearing.siemens.com/dk

Unitron



www.unitron.com

Widex



www.widex.dk



Blekinge Boulevard 2
2630 Taastrup
Tlf.: 36 75 42 00

mail@hoeforeningen.dk
www.hoeforeningen.dk