Sluttrapport:

Informasjon til eldre tunghørte

Prosjektnummer 2015/RB/4306

Innhold

1. Innledning 3

2. Bakgrunn for prosjektet 4

2.1 Målsetning 5

2.2 Målgruppe 6

2.3 Planlagt gjennomføring 6

2.4 Prosjektets fremdriftsplan 6

2.5 Anslått behov for midler 7

3. Gjennomføring av prosjektet 7

4. Resultat 8

4.1 Regnskapsrapport 9

4.2 Resultatvurdering 9

4.3 Prosjektets betydning og videre arbeid 10

5. Referanse 11

6. Vedlegg 11

1. Innledning

En vellykket rehabilitering etter tildeling av høreapparat krever mye egeninnsats fra sluttbruker. Mange brukere kommer til kontroll med en øreprope som er fylt med ørevoks eller slitte og harde slanger, eller høreapparater som er plassert feil.

Noen er så heldige at de får hjelp fra familie eller venner, men det blir ofte for mye informasjon å huske også for dem. Tidsrammen ved en vanlig konsultasjon er ofte knapp, fra 15 minutter til en time. Det er også kjent gjennom audiologisk praksis hvor lite kunnskap og informasjon en eldre bruker sitter igjen med og husker etter en konsultasjon. I disse situasjonene er det også utfordringer i kommunikasjon på grunn av nedsatt hørsel. Det sees derfor behov for kort og presis informasjon som er lett tilgjengelig og lett håndterlig.

Prosjekt "Informasjon til eldre tunghørte" startet i januar 2015 og ble avsluttet i desember samme år. Prosjektet har resultert i to brosjyrer som informerer om korrekt vedlikehold av høreapparatet og en brosjyre som beskriver vanlige utfordringer i kommunikasjonen med høreapparatbrukere, samt gir praktiske råd om hensyn som må taes. Brosjyrene er primært rettet inn mot familie, venner, ektefelle og andre i nær relasjon til høreapparatbrukeren. Begge brosjyrene vil også kunne brukes av hjemmehjelp, ved sykehjem og av sykepleiere på avdelinger med langtidsinnlagte pasienter.

Brosjyrene har blitt sendt ut til private ØNH-klinikker i østlandsområdet, alle offentlige høresentraler i Norge, samt sykehjem og hjemmesykepleie i AHUS sitt opptaksområde. Flere brosjyrer kan hentes på www.hlf.no, www.ahus.no/pasient/brosjyrer og på www.stajlish.com/sissel/index.html.

Prosjektet har vært givende og jeg har hele veien hatt et klart mål om hvordan sluttproduktet skulle se ut. Stor takk til grafisk designer Lars Patrick Nilsen og prosjekt-koordinator Steiner Birkeland (HLF) for mye hjelp under hele prosessen.

Oslo desember 2015

Sissel Pellerud (prosjektleder)

2. Bakgrunn for prosjektet

Bakgrunn for dette prosjektet var at jeg som audiograf på høresentralen på Akershus Universitetssykehus så et behov for en enkel informasjons-brosjyre som kunne hjelpe eldre høreapparatbrukere til å fungere best mulig hjemme og i sosiale sammenhenger. Jeg opplevde ofte at pårørende og pleiepersonell som var med brukeren var dårlig til å ta hensyn i kommunikasjonen med den hørselshemmede. Det manglet enkel skriftlig informasjon om bruksområder, så som rengjøring av apparat og øreprop, skifte av batteri og riktig plassering av høreapparatet. Det var i tillegg behov for informasjon om konsekvenser og kommunikative utfordringer som er kjent hos en høreapparatbruker,og praktiske kommunikasjonsråd.

Brukere som kom til høreapparatvurdering var ofte frustrerte over at det ble tatt lite hensyn hjemme. De forklarte om pårørendes irritasjon over at de ikke hørte hva som blir sagt fra andre rom, fra en annen etasje, på avstand og liknende.

Mange av de som kom til kontroll på grunn av manglende effekt av høreapparatet, kom med en øreprop fylt med ørevoks eller slitte og harde slanger, eller høreapparater som er plassert feil.

Riktig bruk av høreapparatet er avgjørende. Jeg opplever også lite kunnskap hos nærpersoner og hos helsepersonell som følger brukere. Jeg så et behov for tilgjengelig helsepedagogiske informasjonsverktøy for læring og mestring hos bruker, da det vil øke muligheten for at de lykkes ved fremtidige utfordringer knyttet til bruk av høreapparat. Ikke alle er så heldige at de får hjelp fra familie eller venner, og selv for de pårørende er det mye informasjon huske. Tidsrammen ved en vanlig konsultasjon er ofte knapp, fra 15 minutter til en time. Det er kjent gjennom audiologisk praksis hvor lite kunnskap og informasjon en eldre bruker sitter igjen med og husker etter en konsultasjon, nemlig kun om lag 5 %. I disse situasjonene er det også utfordringer i kommunikasjonen på grunn av nedsatt hørsel.

Mange er godt avhjulpet med høreapparatene de har, men har dårlig diskriminasjonevne, det vil si at de på grunn av nedsatt hørsel har problemer med å oppfatte tale. Konsekvensen av nedsatt hørsel innebærer ofte at de mister detaljinformasjonen i talesignalet, noe som i størst grad påvirkes ved tale på avstand og i bakgrunnsstøy (Laukli, E., 2007). Problemet blir større når omgivelsene ikke tar hensyn, og snakker utydelig og uten øyekontakt med bruker. Det er faglig frustrerende ikke å kunne

bistå brukeren når de går ut dørene på høresentralen. Familien tenker på sin side at nå har personen fått høreapparater, så nå hører vedkommende alt, men det er ikke tilfelle. Det er følgelig behov for informasjon som bevisstgjør omgivelsene om hvordan man kan bedre hverdagen til høreapparatbrukere.

Det finnes allerede godt utarbeidet informasjon fra andre Extrafinansierte prosjekter i form av brosjyrer, hefter og filmer, som informasjonshefte om døvblitthet (www.hlf.no/dovblittinfo), informasjonsfilm til pleiepersonale (www.hlf.no/eldrefilm) eller håndboken Hør her! (www.hlf.no/handbok). Brukerne mangler like fullt kort og presis informasjon som er lett tilgjengelig og lett håndterlig. Det fokuseres i eksisterende materiale mye på hjelpemidler, og riktig bruk av hjelpemidler. Mye av det som finnes er rettet inn mot den nokså lille gruppen sterkt tunghørte. Det betyr at høreapparatbrukere med mindre alvorlige hørselstap ikke får dekket sitt informasjonsbehov for å stimulere til egenrehabiliteringsinnsats. Det paradoksale her ligger i at de som har alvorlige hørselstap ser seg nødt til å ta høreapparat i bruk, mens de som har mindre alvorlige hørselstap og som også trenger høreapparat ikke stimuleres til å trene nok. Dermed øker faren for lav bruk og ikke-bruk, med påfølgende negative effekter psykososialt. Det er følgelig behov for materiale som treffer alle eldre høreapparatbrukere, uansett grad av hørselsnedsettelse.

2.1 Målsetning

Målsetningen i prosjektet var å utvikle to brosjyrer:

- En brosjyre som beskrev rengjøring, bruk og vedlikehold, med store bilder og lite tekst. Brosjyren skulle gi enkel veiledning til korrekt bruk.
- Den andre brosjyren skulle kort beskrive de kommunikative utfordringer en høreapparatbruker opplever, og beskrive lette gjennomførbare tiltak og råd til brukeren selv og til omgivelsene (familie, ektefelle) for å kunne ta riktige hensyn. Planen var at det skulle være plass til at brukeren kunne skrive egne notater.

Jeg ønsket at brosjyrene skulle bli delt ut til alle våre pasienter hvor det er behov, ca 2600 årlig på hørselssentralen ved Ahus. Det ville også være med på å sikre lik informasjon til eldre som allerede var høreapparatbrukere. Prosjektet skulle for distribuere sluttproduktene til følgende aktører i hørsels- og eldreomsorgen:

- Offentlige høresentraler (32)
- Private ØNH

- spesialister (85)
- Selvstendige audiografer og audiopedagoger (25)
- Et utvalg pleiehjem, sykehus (andre avdelinger med eldre innlagte) og hjemmesykepleie (10)

Planen var at brosjyrene skulle utleveres til brukere ved tilpasning av høreapparat for å supplere den verbale informasjon de får ved konsultasjonen. Brosjyrene skulle også utleveres ved kontroll hvor det var tydelig at høreapparatet ble brukt feil. Et delmål var å redusere antall kontroller på høresentralene på grunn av feil bruk, som når årsaken til problemene er relatert til en øreprop fylt med ørevoks, hull i slangen, manglende batteri og liknende.

2.2 Målgruppe

Målgruppen i dette prosjektet var eldre høreapparatbrukere, men særlig de som trenger hjelp til riktig bruk av høreapparat og til deres nærpersoner. Brosjyrene ville også være nyttig for andre som jobber direkte med eldre høreapparatbrukere, som pleiehjelp ved omsorgsbolig, hjemmehjelp og andre som møter eldre høreapparatbrukere.

2.3 Planlagt gjennomføring

Første periode av prosjektet skulle brukes til å bestemme innhold i brosjyrene når det gjaldt både tekst og bilder. Planen var å trekke inn en eller to erfarne brukere, for å kvalitetssikre relevansen i innholdet. Tidlig i prosessen skulle grafisk designer kontaktes, for å dele ideer, men også for å få et innblikk i hva som er mulig i forhold til utforming. Det grafiske ville være viktig, da brosjyrene skal baseres på illustrerende bilder og enkel tekst. Deretter skulle tilbud på trykkeri og distribusjon innhentes.

Planen var at de ferdige brosjyrene skulle distribueres til offentlige høresentralene, privatpraktiserende ØNH-leger og selvstendige audiografer. Brosjyrene skulle også tilgjengliggjøres som pdf-filer på relevante nettsider, eksempelvis på HLF sin hjemmeside (www.hlf.no).

2.4 Prosjektets fremdriftsplan

1. januar 2015: Start av prosjektet.

1. januar til 1. mai 2015: Startfasen brukes til å bestemme innhold, basert på egne erfaringer og kunnskap, samt kontakte erfarne brukere for ideer. Starte samarbeid med grafisk designer.

1 mai til 1. august 2015: Planen var at 1.utkast for ferdigprodukt skulle være klart 1. mai 2015, dette i samarbeid med grafisk designer.

1. august til 1. september 2015: Gjennomgang av 1.utkast. Produktene skal ferdigstilles i løpet av denne perioden og sendes til trykkeri.

Etter 1. september og frem til 1. november 2015: Distribuering av ferdig produktet skal starte gjennom kontakter i hørselsomsorgen i nærområdet. Brosjyrene sendes ut til tidligere nevnte aktører i hørsels- og eldreomsorgen og publiseres på nett. Den siste tiden skal brukes til å skrive sluttrapport.

2.5 Anslått behov for midler

Anslått behov for midler	
Honorar til prosjekt til prosjektleder basert på forventet bruk av timer, møter og telefonkontakt med eksterne konsulenter.	kr 75 000
Ekstern konsulent; grafisk designer.	kr 50 000
Ekstern konsulent; korrektur.	kr 10 000
Utgifter vedrørende sending via posten.	kr 10 000
Produksjon/trykk. Utgifter ved publisering av på nett.	kr 150 000
Totalt	**kr 295 000**

3. Gjennomføring av prosjektet

Første periode av prosjektet ble brukt til å bestemme innholdet til brosjyrene, lage prototype av hvordan jeg ønsket at brosjyren skulle se ut og hva de skulle innholdet av tekst og bilder. Det var et viktig element at brosjyrene skulle vært lett leselig (tydelig skrift, matt papir, skarpe farger), og ha store dominerende bilder med en trinn-for-trinn instruksjon.

Jeg nevnte også prosjektet for noen av noen brukere på høresentralen, både førstegangsbrukere og de mer erfarne. Hvor de hadde mulighet til å komme med innspill på hva brosjyrene burde inneholde. De fleste innspill gikk på brosjyrene om kommunikasjon, hvor det var særlig viktig med informasjon om konsekvensene av et hørseltap og i hvilke situasjoner kommunikasjon ville være ekstra utfordrene. Innpill fra brukerene ble vektlagt på videre utarbeiding av brosjyrene.

Tidlig i prosjektet hadde jeg første møte med grafisk designer for å lufte ideer, men også for å få inspirasjon til hva som var mulig å gjennomføre på de midler (tid og penger) som jeg hadde avsatt. Vi ble enige om hvilken stil/layout brosjyrene skulle ha, og jeg fikk mange gode innspill på videre arbeid.

I utgangspunktet var planen å utarbeide kun en brosjyre om vedlikehold, men tidlig i prosessen forstod jeg at det ville bli uoversiktlig, da vedlikeholds-prinsippene er veldig forskjellige fra de som bruker bak-øret høreapparat (BTE) og i-øret høreapparat (AIØ). Jeg valgte derfor å lage to versjoner, men begge brosjyrene er laget etter samme mal. Her vil det være viktig at bruker får utlevert riktig brosjyre.

Tekst og innhold i brosjyrene ble bestemt, og det ble lest korrektur av en kollega. Vi begynte deretter å planlegge bildene, og det ble gjort avtale med fotograf og trykkeri. Det ble i tillegg gjort avtale med høreapparatfirma (Medisan) om å låne et BTE-apparat og få laget et ITE-apparat (bare skall) til mitt øre som kunne brukes til fotografering. En øreprop til BTE-apparatet ble sponset av Namsos Audiosenter.

Etter fotografering ble de beste bildene valgt ut, som deretter ble redigert av fotografen. Grafisk designer utarbeidet flere utkast av brosjyrene underveis i forløpet, og etter noen små justeringer var sluttproduktet klart.

Til brosjyren om kommunikasjon ble det kun brukt illustrasjonsbilder, disse ble designet av grafisk designer.

Brosjyrene ble lest og gjennomgått av prosjekt-koordinator Steinar Birkeland og kollegaer ved Ahus, for å få siste innspill om eventuelle endringer. Deretter ble det sendt til trykkeri. Mens brosjyrene ble produsert skrev jeg informasjonsbrevet som skulle sendes med brosjyrene, samt at jeg fikk laget en oversikt over de steder som brosjyrene skulle sendes (vedlegg 4). Brosjyrene ble sendt ut (direkte fra trykkeriet) den første uke i desember.

4. Resultat

Brosjyrene ble ferdigstilt ved trykkeri og sendt ut første uke i desember (vedlegg 1-3). Brosjyrene ble sendt sammen med informasjonsbrev (vedlegg 5) til en liste av aktører som vil ha god nytte av å dele ut brosjyre til bruker eller bruke brosjyrene selv (vedlegg 4). Det ble sendt ut 20 brosjyrer til

hver av de offentlig høresentraler og private ØNH-klinikker, 5 brosjyrer ble sendt til hvert sykehjem i opptaksområdet og 25 brosjyrer ble sendt til HLF. Resterende produserte brosjyrer ble sendt til høresentralen på AHUS. I det medfølgende informasjonsbrevet ble de informert om hvor flere brosjyrer kunne bestilles, hentes som PDF-fil (A4-format) eller leses som online brosjyre.

4.1 Regnskapsrapport

Inntekter		
Ekstrastiftelsen		**kr 295 000,00**
Utgifter		
Honorar til prosjektleder		kr 0,00
Ekstern konsulent grafisk designer	Design	kr 50 400,00
	Illustrasjon	kr 7 000,00
	Websider	kr 18 000,00
	Administrativt grafisk designer	kr 8 000,00
	Digitale kataloger og design av følgebrev	kr 6 400,00
Ekstern konsulent; fotograf	Fotograf	kr 14 000,00
Ekstern konsulent; trykkeri	Trykk	kr 10 750,00
	Forsendelse	kr 13 778,13
Totale utgifter		**kr 128 328,13**

4.2 Resultatvurdering

Prosjektet har resultert i tre brosjyrer som skal kunne brukes av audiografer i sitt daglige arbeid med eldre høreapparatbrukere. I tillegg vil brosjyrene være redskap for annet helsepersonell på sykehjem, ved hjemmehjelp, samt pårørende. Resultatet har den utforming som var ønsket fra start, og jeg har til nå mottatt positiv respons fra audiografkollegaer som ser det samme behovet som jeg har sett før jeg startet dette prosjektet.

Målsetningen for prosjektet var å produsere to brosjyrer, men dette ble endret tidlig i prosessen. Dette ble gjort for at informasjonen skulle forenkles for bruker, innholdet samlet i de to brosjyrene stemmer dog med målsetningen.

Prosjektet har forløpt som planlagt og har stort sett fulgt den avsatte fremdriftsplan. Produksjonen ved trykkeri og utsending ble noe forsinket på grunn av tekniske problemer ved trykkeriet, men

dette var ikke avgjørende for prosjektet da målet om å bli ferdig i løpet av 2015 lykkes med god margin.

Brosjyrene ble sendt ut til de offentlige høresentraler som var planlagt, mens det ble valgt å sende til private ØNH/selvstendige audiografer på østlandet, dette fordi det var vanskelig å få en god oversikt over klinikker i resten av landet. Det vil derfor reklameres for brosjyrene i audiografenes fagblad slik at de som ønsker brosjyrene som verktøy i sitt daglige arbeid kan hente de selv som PDF-fil. Det ble istedenfor valgt å sende ut til et større omfang av sykehjem enn det som var planlagt fra start (hele AHUS sitt opptaksområde). Dette ble gjort for å sikre at brosjyrene kom til nytte hos flere i prosjektets målgruppe, som er eldre høreapparatbrukere, og kanskje primært de som har behov for hjelp til vedlikehold og korrekt bruk.

Som sees under 4.1 regnskapsrapport har prosjektet brukt betydelig mindre penger enn det som var avsatt på budsjettet, det er derfor utestående midler. Dette skyldes blant annet at mange av oppgavene som var tiltenkt prosjektleder ble utført av grafisk designer (administrative oppgaver), samt at mange oppgaver var mindre tidskrevende enn planlagt, dette er årsaken til at det ikke ble utbetalt honorar til prosjektleder. Trykkeriutgiftene ble også betydelig mindre enn først anslått. De gjenstående midler tilbakebetales ekstrastiftelsen.

Jeg har foreløpig kun mottatt tilbakemelding fra audiograf-kollegaer på AHUS, som har brukt brosjyrene i en kort periode. Det har vært positive tilbakemeldinger både fra audiograf og brukere ved AHUS. Det har også vært mulig å bruke brosjyrene til brukere som ikke kan norsk, da det er store forklarende bilder som kan forståes uten å lese teksten. Dette var ikke en målgruppe som tiltenkt brosjyrene i utgangspunktet, men har blitt en aktuell målgruppe allikevel.

Da produksjonen ble noe forsinket, har jeg enda ikke mottatt tilbakemelding fra andre aktører. Det er også for tidlig å si om prosjektets delmål om redusering av antall høreapparatkontroller er oppnådd.

4.3 Prosjektets betydning og videre arbeid

Bakgrunnen for prosjektet var primært å gjøre hverdagen enklere for brukeren, men også for audiografen i sitt daglige arbeid med eldre høreapparatbrukere. Et delmål var også å redusere antall kontroller ved høresentralen, som igjen vil ha en innvirkning på ventetid på kontroller.

I fremtiden vil det være aktuelt å utvikle flere brosjyrer som kan brukes til samme formål, men til andre målgrupper. Det kunne for eksempel vært nyttig med brosjyrer til barn og ungdom både når det gjelder vedlikehold, men også informasjonsbrosjyrer som kan utleveres til barnehage/skole. Det kunne også vært aktuelt å utvikle en brosjyre til yrkesaktive som kan utleveres til arbeidsgiver/kollegaer om hvordan de kan ta best hensyn til en hørselshemmet kollega.

5. Referanse

- Laukli, Einar (2007). Nordisk lærebok i audiologi. Fagbokforlaget.

6. Vedlegg

Vedlegg 1: Brosjyre 1A

Vedlegg 2: Brosjyre 1B

Vedlegg 3: Brosjyre 2

Vedlegg 4: Oversikt til hvem brosjyrene ble distribuert til.

Vedlegg 5: Informasjonsbrev som ble sendt med brosjyrene.

Akershus universitetssykehus

Vedlikehold av bak-øret høreapparat (BTE)

HELSE SØR-ØST

Rengjøring av øreproppen (1 gang i uken)

Det er viktig at øreproppen vaskes jevnlig for å få god effekt av høreapparatet. Øreproppen bør i tillegg rengjøres med en tørr klut hver kveld etter bruk.

1) Høreapparatet tas av i festet mellom slange og høreapparat.

2) Øreproppen legges så i en skål med vann og litt såpe. Tørk av med papir og bruk luftblåser i både lydkanal og luftekanal.

3) Når øreproppen er ren og har tørket, settes den tilbake på høreapparatet.

Skifte slange

Slangen, som er et ledd mellom øreproppen og høreapparatet, blir etter en periode hard og misfarget. Den skal derfor skiftes med jevne mellomrom. For best mulig lyd i høreapparatet er det viktig at slangen skiftes til riktig tid.

1) Først fjernes den gamle slangen. Er det vanskelig å få den løs, kan det hjelpe å varme den forsiktig over varm luft eller lage et lite snitt med en skarp kniv.

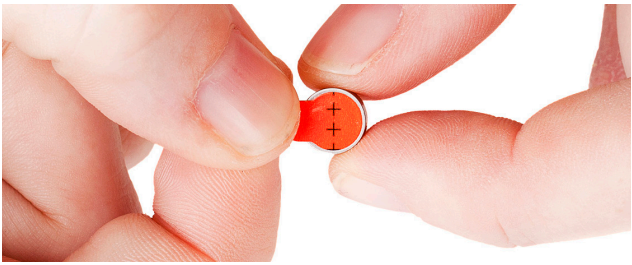
2) Klipp av til riktig lenge, bruk den gamle slangen til å måle. Sett på slangen igjen.

Bytte batteri

Det er avgjørende at høreapparatet hele tiden har et fungerende batteri. Høreapparatet har en batterialarm som sier ifra når batteriene er i ferd med å bli utladet. Riktig batteristørrelse til ditt høreapparat vil stå i høreapparatets bruksanvisning, eller spør der hvor du har fått høreapparatet.

1) Gammelt batteri fjernes ved å åpne batteri-skuffen.

2) Finn et nytt batteri fra pakken (kontrollere at det er riktig størrelse). Fjern klistrelappen som sitter fast på den flate siden av batteriet. Sett batteriet på plass.



Rett plassering

Høreapparatet må plasseres riktig i øret for optimal lyd, men også for å unngå at man mister det. Øreproppen settes godt inn i øret, og høreapparatet skal ligge og hvile bak øret.

Akershus universitetssykehus

Akershus universitetssykehus HF
Besøksadresse: Sykehusveien 25, Lørenskog
Postadresse: 1478 Lørenskog
Telefon: 02900 | Telefaks: 67 90 21 40

For mer info om hørsel og bruk av høreapparat se følgende linker:

www.sansetap.no
www.hlf.no/lydstimulering
www.hlf.no/balansetrening
www.hlf.no/eldrefilm

Mitt høreapparat:

Model_____

Utstedt_____

Utstedelsesdato_____/_____

EXTRA STIFTELSEN

HLF Hørselshemmedes Landsforbund

Menneskelig nær – faglig sterk

Akershus universitetssykehus

Vedlikehold av alt-i-øret høreapparat (AIØ)

HELSE SØR-ØST

Vedlikehold og rengjøring

Det er viktig at høreapparatet holdes rent ved at man tørker lett av det med en tørr klut hver kveld. Hvis høreapparatet har en luftekanal, skal denne holdes ren for ørevoks ved å bruke en rensetråd/nål.

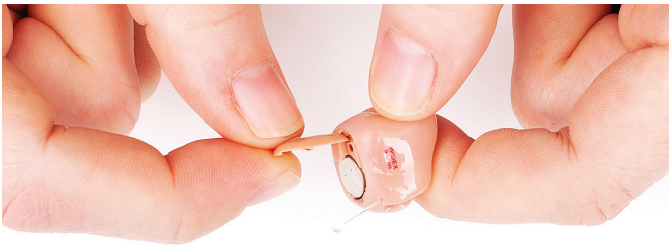
Skifte filter

På høreapparatet er det et lite filter som beskytter lydkanalen mot fukt og ørevoks. For optimal effekt av høreapparatet skal dette filteret skiftes jevnlig. Kontroller filteret hver dag.

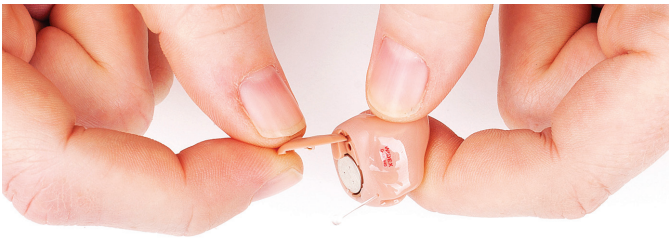
Bytte batteri

Det er avgjørende at høreapparatet hele tiden har et fungerende batteri. Høreapparater har en batterialarm som sier ifra når batteriene er i ferd med å bli utladet. Riktig batteristørrelse til ditt høreapparat vil stå i høreapparatets bruksanvisning, eller spør der hvor du har fått høreapparatet.

1) Gammelt batteri fjernes ved å åpne batteriskuffen.



2) Finn et nytt batteri fra pakken (kontrollere at det er riktig størrelse). Fjern klistrelappen som sitter fast på den flate siden av batteriet. Sett batteriet på plass.



Rett plassering

Høreapparatet må plasseres riktig i øret for optimal lyd, men også for å unngå at man mister det. Høreapparatet skal sitte tett og godt i øret, dra gjerne lett i øret (opp og bakover) mens du presser det på plass.

Akershus universitetssykehus

Akershus universitetssykehus HF
Besøksadresse: Sykehusveien 25, Lørenskog
Postadresse: 1478 Lørenskog
Telefon: 02900 | Telefaks: 67 90 21 40

For mer info om hørsel og bruk av høreapparat se følgende linker:

www.sansetap.no
www.hlf.no/lydstimulering
www.hlf.no/balansetrening
www.hlf.no/eldrefilm

Mitt høreapparat:

Model_____

Utstedt_____

Utstedelsesdato_____/_____

EXTRA STIFTELSEN

HLF Hørselshemmedes Landsforbund

Menneskelig nær – faglig sterk

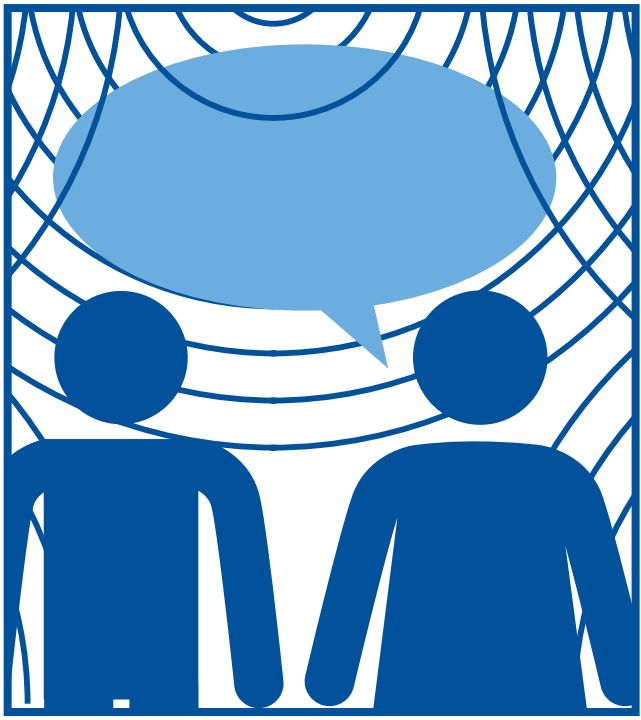
Akershus universitetssykehus

Tips til bedre kommunikasjon med brukere av høreapparat

HELSE SØR-ØST

Konsekvenser

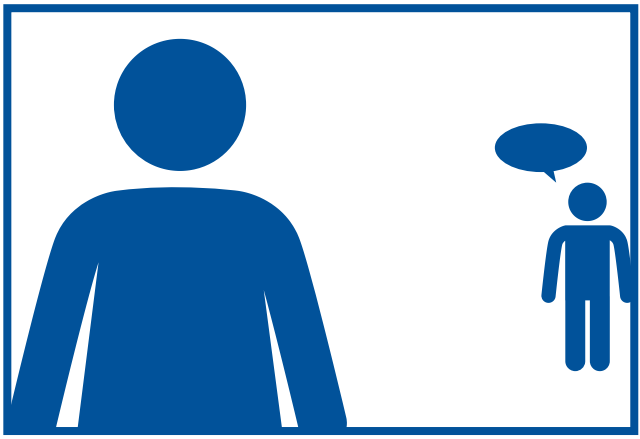
Hvilke konsekvenser et hørselstap får, avhenger av flere faktorer, men følgende situasjoner vil være vanskelig for de fleste:



Samtaler en-til-en på steder med bakgrunnsstøy, som for eksempel i bilen, på en restaurant og i rom med dårlig akustikk.

Konsekvenser

I sosiale sammenhenger og i situasjoner hvor det er mange som snakker samtidig, ofte i munnen på hverandre.

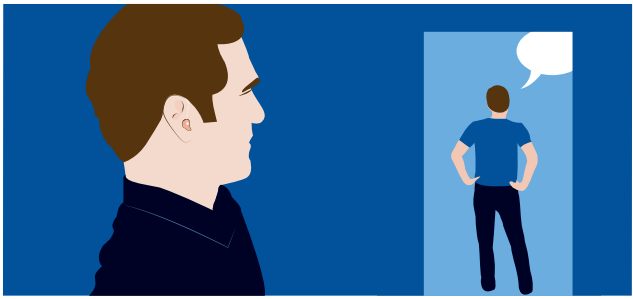


På avstand og i andre situasjoner hvor man ikke kan se munnen til den som snakker.

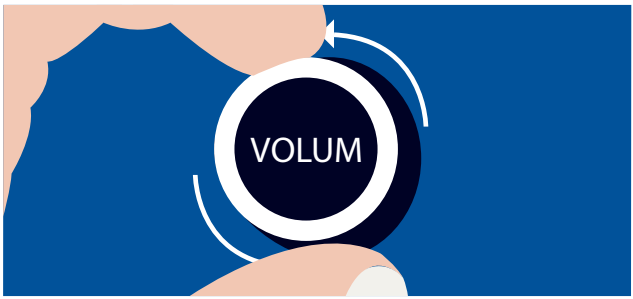
Tips til bedre kommunikasjon

Sørg for å ha øyekontakt med den du snakker med og plasser deg med lys i ansiktet, unngå motlys.

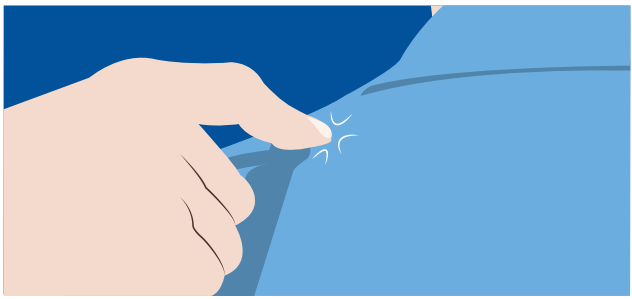
Snakk tydelig.



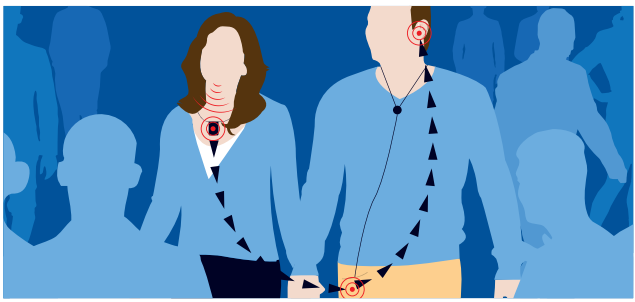
Ikke snakk fra et annet rom, gå til vedkommende du vil snakke med.



Reduser bakgrunnsstøy. Slå av TV og radio.



Gjør vedkommende oppmerksom på at du vil starte en samtale med han/henne.



Ved behov for ekstra høretekniske hjelpemidler i tillegg til høreapparatet anbefales det en henvisning til hjelpemiddelsentralen for vurdering og utprøving. Be om hjelp og informasjon om henvisning der hvor du har fått utdelt dine høreapparater.

Akershus universitetssykehus

Akershus universitetssykehus HF
Besøksadresse: Sykehusveien 25, Lørenskog
Postadresse: 1478 Lørenskog
Telefon: 02900 | Telefaks: 67 90 21 40

For mer info om hørsel og bruk av høreapparat se følgende linker:

www.sansetap.no
www.hlf.no/lydstimulering
www.hlf.no/balansetrening
www.hlf.no/eldrefilm

EXTRA STIFTELSEN

HLF Hørselshemmedes Landsforbund

Menneskelig nær – faglig sterk

Brosjyrene skal sendes til:

Offentlig høresentraler (hele landet):

20 stk av hver brosjyre

Lovisenberg Diakonale Sykehus	Lovisenberggata 17, 0456 Oslo
Rikshospitalet ØNH	Pb. 4950 Nydalen, 0424 Oslo
Sykehuset Østfold HF, Kalnes- Hørselsentralen	Postboks 300, 1714 Grålum
Sykehuset Buskerud HF- Hørselsentralen Drammen	Dronninggata 28, 3004 Drammen
Sykehuset Innlandet HF, Hørselsentralen Elverum	Kirkeveien 31, 2400 Elverum
Sykehuset Innlandet HF, Hørselsentralen Kongsvinger	Parkveien 35, 2200 Kongsvinger
Syykehus Innlandet HF, Hørselsentralen Gjøvik	Kyrre Grepps gate 11, Gjøvik
Sykehus Vestfold HF, Hørselsentralen Tønsberg	Halfdan Wilhelmsens allè 17, 3103 Tønsberg
Sykehuset Telemark HF, ØNH Rjukan	Sykehusveien 6, 3660 Rjukan
Sykehus Telemark HF, Høsrelsentralen Skien	Ulefossveien 55, 3710 Skien
Stavanger Universitetssykehus, Høresentralen	Pb. 8100, 4068 Stavanger
Sørlandet Sykehus HF- Hørselsentralen Kristiansand	Serviceboks 416, 4604 Kristiansand
Sørlandet Sykehus HF- Hørselsentralen Arendal	Sreviceboks 506, 4809 Arendal
Haukeland Universitetssykehus HF, Høresentralen	Jonas Lies vei 65, 0521 Bergen
Haugesund Sjukehus HF, Hørselsentralen	Karmsundgata 120C, 5528 Haugesund
Helse Møre og Romsdal HF- Ålesund Sykehus	Postboks 1600, 6026 Ålesund
Helse Møre og Romsdal HF- Kristiansund Sykehus	Herman Døhlens vei 1, 6500 Kristiansund
Helse Møre og Romsdal HF- Molde Sykehus	Parkveien 84, 6407 Molde
Førde Sentralsjukehus- Hørselsentralen	Postboks 1000, 6807 Førde
Lærdal Sykehus ØNH-avd.	Sjukehusvegen 9, 6887 Lærdal
St. Olavs Hospital HF- Hørselsentralen	Olavs Kyrresgate 17, 7006 Trondheim
Helse Nord-Trøndelag HF Namsos, Hørselsentralen	Havikvegen 8, 7801 Namsos
Nordlandssykehuset HF Bodø- Hørselsentralen	Prinsens gate 164, 8005 Bodø
Nordlandssykehuset HF Lofoten	Sykehusbakken 23, 8372 Gravdal
Universitetssykehuset i Nord-Norge HF Narvik-Hørselsentralen	Postboks 273, 8504 Narvik
Helgelandssykehuset HF Mo i Rana- Hørselsentralen	Postboks 601, 8607 Mo i Rana
Helgelandssykehuset HF Sandnessjøen- ØNH polkl.	Postboks 613, 8801 Sandnessjøen
Universitetssykehuset i Nord-Norge HF Tromsø-Hørselsentralen	Sykehusveien 38, 9019 Tromsø
Universitetssykehuset i Nord-Norge HF Harstad-Hørselsentralen	9480 Harstad
Helse Finnmark HF- Klinikk Hammerfest- ØNH	Sykehusveien 35, 9600 Hammerfest
Helse Finnmark HF- Karasjok	Pb. 166, 9730 Karasjok
Helse Finnmark HF- Kirkenes	Dr. Palmstrømsvei 15, 9900 Kirkenes
32 stedet (20x32= 640 av hver brosjyre)	

Audiograf/audiopedagog Østlandet:

20 stk av hver brosjyre

Agro ØNH-klinikk Asker	Bankveien 1, 1383 Asker
Asker ØNH	Kirkeveien 230, 1373 Asker
Bekkestua Avtalespesialist	Bærumsveien 206, Pb. 3, 1318 Bekkestua
Bogstadveien ØNH	Bogstadveien 36, 0366 Oslo
Brynklinikken	Østensjøveien 36, 0667 Oslo
Bærum ØNH AS	Bærumsveien 205, 1357 Bekkestua
Diploma AS	Pb. 247, 1471 Lørenskog
Dr. Kåre Lund Iversen- avtalespesialist	Pilestredet park, 0031 Oslo
Drøbak ØNH	Storgata 27, 1440 Drøbak
Høvik Hørsel	O.H Bangsvei 17, 1363 Høvik
Kirkeristen ØNH	Dronningensgate 40, 0154 Oslo
Lillestrøm ØNH (Rudjord)	Dampsagveien 2-4, 2000 Lillestrøm
Linderud ØNH	Pb. 64, Linderud, 0517 Oslo
Nydalen ØNH	Sandakerveien 128, 0456 Oslo
Oslo ØNH	Majorstuhhuset, Valkyriegata 8, 0366 Oslo
Røa ØNH	Austliveien 1, 0702 Oslo
Sandvika ØNH Senter	Rådmann Halmrastvei 4, 1337 Sandvika
Sentrum ØNH AS	Tullinsgate 6, 0166 Oslo
Ski ØNH	Åsenveien 1, 1400 Ski
Ullensaker ØNH	Trondheimsvegen 60, 2050 Jessheim
Ullevål Stadium ØNH	Sognsveien 75, 0855 Oslo
Linderud Audiopedagiske Senter	Linderud Senter, Pb. 73 Linderud, 0517 Oslo
Rådgivningskontoret for hørselshemmede	Kabelgaten 2, 0580 Oslo
Askim ØNH	Roald Amundsensgate 16, 1831 Askim
Øre-nese-hals senteret AS	Dronningensgate 1, 1530 Moss
Drammen ØNH Senter	Tomtegata 31, 3012 Drammen
Ringerike ØNH-klinikk	Vesterngata 5, 3513 Hønefoss
Kragerø ØNH	Pb. 167, 3791 Kragerø
Hørselssenteret ØNH	Borgheim, Pb. 1305, 2405 Elverum
Lillehammer ØNH AS	Kirkegata 55, 2609 Lillehammer
Gjøvik ØNH	Strandgata 17A, 2815 Gjøvik
31 steder (20x31= 620 av hver brosjyre)	

Sykehjem/hjemmehjelp (Akershus/bydel Oslo= opptaksområdet AHUS)

5stk av hver brosjyre

Aurskog Sykehjem	Rådhusveien 3, 1930 Aurskog
Berger Bo- og behandlingssenter	Valkyrieveien 13, 1349 Rykkin
Bjørkelangen Sykehjem	Rådhusveien 3, 1930 Aurskog
Bjørkås Sykehjem	Bekkeliveien 32, 1410 Kolbotn
Bøn Sykehjem AS	Bønsbakken 13, 2073 Bøn
Dovre Bilig- og servicesenter	Ole Lians vei 4, 1472 Fjellhamar
Døli Pleie - og omsorgssenter	Vargveien 1, 1488 Hakadal
Enebakk Sykehjem	Prestegårdsveien 4, 1912 Enebakk
Finstadtunet Sykehjem	Delerudbakken 7, 1400 Ski
Fjerdingby Omsorgssenter	Haugerudvegen 25, 2008 Fjerdingby
Gjerdrum Sykehjem	Nystuen 1, 2022 Gjerdrum
Gjestad bo-og aktivitetssenter	Døliveien 1-7, 2050 Jessheim
Grande Sykehjem	Sorenskriver Ellefsens vei 28, 1440 Drøbak
Granås Sykehjem AS	Furumoveien 20, 1430 Ås
Greverud Sykehjem	Harriet Backers vei 30, 1415 Oppegård
Gystadmyr bo-og aktivitetssenter	Myrveien 73, 2052 Jessheim
Hemnes Sykehjem	Sykehjemsveien 5, 1970 Hemnes
Hurdal Sykehjem c/o Hurdal Helsetun	Minneåsveien 3, 2090 Hurdal
Høyås bo-og rehabiliteringssenter	Vallhallaveien 74, 1410 Kolbotn
Kløfta bo-og aktivitetssenter	Hellenveien 10, 2040 Kløfta
Langhus bo- og servicesenter	Langhussenteret 8, 1405 Langhus
Lillestrøm bo-og behandlingssenter	Alexander Kiellands gate 9, 2000 Lillestrøm
Lørenskog Sykehjem	Gamleveien 104, 1475 Finstadjordet
Løvenstadtunet	Løvenstadveien 16, 2006 Løvenstad
Moer Sykehjem	Tunveien 2, 1430 Ås
Nannestad Sykehjem	Mikkel Revs vei 2, 2030 Nannestad
Nes bo- og servicesenter	Leirveien 4, pb. 114, 2150 Årnes
Nes Sykehjem	Hagaskogveien 19, 2150 Årnes
Nesoddtunet bo- og servicesenter	Håkonskastet 25, 1453 Bjørnemyr
Pålsetunet bo- og servicesenter	Pålsebakken 5, 1900 Fetsund
Rolvsrudhjemmet	Margarethas vei 11, 1473 Lørenskog
Skedsmotun bo- og behandlingssenter	Husebyveien 18, 2020 Skedsmokorset
Skytta bo- og servicesenter	Brennaveien 22, 1481 Hagan
Solbakken bo- og behandlingssenter	Eiksveien 110, 1363 Østerås
Solborg bo- og aktiviseringssenter	Eikjolveien 1, 1400 Ski
Stalsberg bo- og behandlingssenter	Gamle Strømsvei 82, 2010 Strømmen
Sørum Sykehjem	Heggelia 3, 1920 Sørumsand
Sørvald bo- og behandlingssenter	Haldenveien 483, 1923 Sørum
Ullerud sykehjem og omsorgssenter	Ullerudveien 26, 1440 Drøbak
Valstad Sykehjem	Bråtastubben 6, 2074 Eidsvoll Verk
Vestby Sykehjem	Randembakken 5, 1540 Vestby
Vilberg Helsetun	Rådhusgata 1, 2080 Eidsvoll
Åråsveien bo- og omsorgssenter	Åråsveien 16, 2007 Kjeller

Bydel Alna Bydelsadministrasjonen	Pb. 116 Furuset, 1001 Oslo
Bydel Grorud Bydelsadministrasjonen	Ammerudveien 22, 0958 Oslo
Bydel Stovner Bydelsadministrasjonen	Karl Fossums vei 30, 0985 Oslo
46 steder (46x5 = 230 av hver brosjyre)	

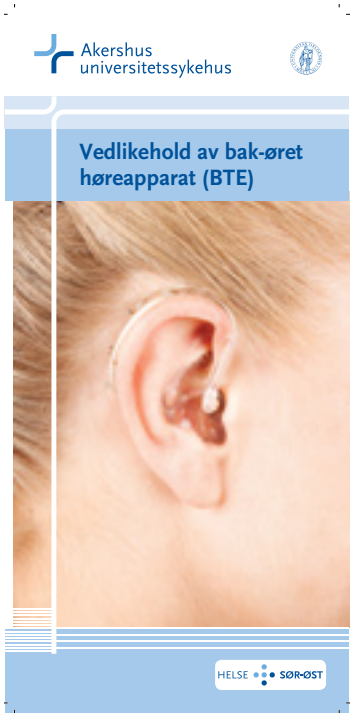
25 stk sendes HLF v/ Steinar Birkeland

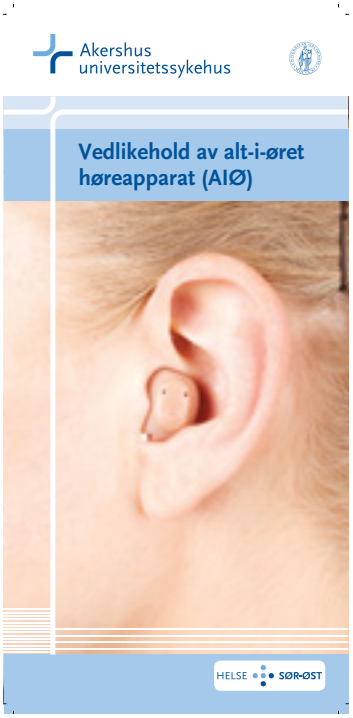
Totalt sendes 1515 brosjyrer ut til samarbeidspartnere. Resten (1485 brosjyrer) sendes:

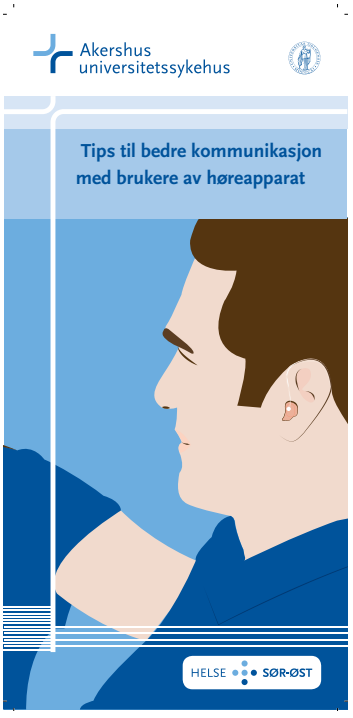
Akershus Universitetssykehus- ØNH Høresentralen. Sykehusveien 27, 1478 Lørenskog

Informasjonsbrosjyrer om vedlikehold av høreapparat og tips til bedre kommunikasjon med hørselshemmede

I samarbeid med HLF (hørselshemmedes landsforbund) og Ekstrastiftelsen har jeg utviklet tre brosjyrer som vil kunne brukes av audiografer i daglig arbeid med eldre hørselshemmede, av faggrupper som daglig møter målgruppen samt pårørende.







Årsaken til at jeg ønsket å lage disse brosjyrene var at jeg så behov for enkel informasjon om bedre kommunikasjon samt informasjon om korrekt bruk av høreapparat. Mange høreapparatbrukere er ikke klar over viktigheten av rengjøring, vedlikehold og rett betjening for å oppnå optimal effekt av et høreapparat.

Flere brosjyrer kan hentes som pdf-fil og bestilles på HLFs hjemmeside (www.hlf.no) og leses på AHUS sin hjemmeside ved å følge denne linken: http://www.ahus.no/pasient_/brosjyrer_/ore-nese-hals_/Sider/default.aspx eller ved å følge disse linkene.

AIØ

Mvh
Sissel Pellerud
Audiograf
Høresentralen, Akershus Universitetssykehus