

**Aiutare chi
ci è vicino a
Sentire Meglio**





Indice

Prima conosci - poi aiuti	4
La natura della perdita uditiva	5
Riconoscere i sintomi	6
Tipi di perdite uditive - e loro cause	7
Diagnosi e trattamento	8
Abituarsi agli apparecchi acustici	9
La comunicazione è una strada a doppio senso	10
Qual'è il prossimo passo da fare?	11

Prima conosci - poi aiuti



Se sta leggendo questo opuscolo è perché ha il sospetto che un suo caro possa avere una perdita uditiva, e lei desidera aiutarlo. Per fare ciò deve farsi un'idea chiara di cosa significa avere una perdita uditiva - come può interferire nei rapporti familiari ed nel modo in cui le persone si sentono, si comportano e comunicano.

L'udito è una cosa che si dà facilmente per scontata. Capita occasionalmente di perdere qualche parola perché siamo distratti o c'è rumore ma, generalmente ci muoviamo liberamente senza sforzo da un ambien-

te all'altro, parlando a due, in gruppo o al telefono; ascoltando la radio o la TV, senza bisogno di repliche.

Con una perdita uditiva le cose non sono altrettanto semplici. È difficile parlare in una stanza affollata o al telefono. Non perché le cose non sono dette abbastanza forte, ma perché non sono percepite abbastanza chiare. Le persone spesso si lamentano che non avrebbero problemi se gli altri smettessero di borbottare. I suoni si dissolvono così gradualmente senza farsi notare fino a sparire come, ad esempio, il ticchettio dell'orologio, lo squillo della sveglia, ecc.

Se non trattata, la perdita uditiva può interferire nei rapporti tra l'audioleso ed i suoi familiari ed amici, logorando lentamente la loro qualità di vita. Ecco perché è importante spronare i suoi cari ad eseguire un controllo dell'udito, a fare quindi ciò che è necessario, ed imparare ad aiutarli in tutte le loro difficoltà di comunicazione.

La natura della perdita uditiva

È importante capire quali possono essere le conseguenze di una perdita uditiva. Parenti ed amici sono portati a credere che l'audioleso "scelga" cosa sentire. Questo perché di solito alcuni suoni risultano più chiari di altri. Le consonanti, più deboli ed acute (come la "s" e la "f") diventano più difficili da sentire delle più forti e basse vocali. Così inizia a comparire un divario in parole e frasi.

A volte si riesce a colmare facilmente questi divari, così che la persona sembra sentire tutto. Ma quando c'è rumore; quando non si può seguire il movimento delle

labbra; quando chi parla è lontano o la conversazione passa bruscamente ad un altro argomento, allora i divari divengono così ampi che è impossibile colmarli.

Allora inizierà a sentir loro dire, "Scusa, puoi ripetere?" - una richiesta che, alla lunga, diventa frustrante da soddisfare. Oppure li vedrà silenziosamente in disparte. Se ciò avviene alle riunioni di famiglia, feste, ristoranti, provi ad intervenire e coinvolgerli di nuovo nella conversazione. Meglio ancora, li convinca a rivolgersi ad un professionista dell'udito.

Sapeva che circa un individuo su due oltre i 50 anni in presenza di rumore spesso ha difficoltà a capire ciò che viene detto?



Riconoscere i sintomi

Queste domande le consentiranno una rapida valutazione dell'udito di qualcuno a lei caro.

	Sì!	No!
Si lamenta che tutti sembrano borbottare?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quando qualcuno parla, deve sforzarsi per sentire?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quando qualcuno chiama alle sue spalle o da un'altra stanza, ha difficoltà a sentire?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Deve leggere le labbra per seguire una conversazione?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In riunioni, ristoranti o seminari, ha difficoltà a seguire una conversazione?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ascolta la radio o la TV ad un livello esageratamente ed insopportabilmente alto?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quando parla al telefono si lamenta che gli altri borbottano?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quando va a teatro, cinema od altri luoghi di intrattenimento perde la maggior parte dei dialoghi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ha difficoltà a conversare in ambienti rumorosi come al ristorante o in auto?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tende ad essere più taciturno del solito quando c'è gente perché ha difficoltà nel comunicare?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Le chiede spesso di ripetere le cose?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Solo un esame audiometrico può confermare una perdita uditiva. Se si prende cura della persona che le sta a cuore, insista affinché si convinca a farsi controllare l'udito da un professionista. Magari può servire a rassicurarla dicendo che le farebbe piacere accompagnarla alla prima visita.

Tipi di perdite uditive - e loro cause

Le brevi descrizioni che seguono le danno un'idea dei diversi tipi di perdite uditive e delle loro cause. Per maggiori informazioni può rivolgersi ad un professionista dell'udito.

Perdita uditiva correlata all'età

Con l'età, c'è chi perde l'abilità di sentire i più deboli suoni acuti. È abbastanza facile vivere senza cinguettio, ma quando si inizia a perdere parti costruttive del linguaggio è tutt'altra questione. Può progredire lentamente, ma col tempo pregiudicherà seriamente le capacità comunicative della persona. Per questo è opportuno intervenire prima possibile.

Perdite uditive da rumore

Questo tipo di perdita uditiva è causata da una sovraesposizione a livelli sonori eccessivi. Ovunque, le persone incontrano livelli sempre più forti di suoni che minacciano l'udito di militari, ufficiali di polizia, operai edili e di fabbrica, agricoltori, dentisti e educatori per l'infanzia - solo per nominarne alcuni. Anche i concerti rock ed i

lettori MP3 possono danneggiare l'udito delle persone.

Perdite uditive conduttive

Le perdite uditive conduttive sono causate da problemi a carico dell'orecchio esterno e medio, ed impediscono al suono di arrivare all'orecchio interno. Le cause più comuni possono essere un tappo di cerume nel condotto uditivo, un timpano danneggiato, del fluido nell'orecchio medio, o dei danni o difetti agli ossicini (ossa dell'orecchio medio). In molti casi queste perdite uditive sono curabili con farmaci o chirurgicamente.

Perdite uditive neurosensoriali

Questo tipo di perdita uditiva si verifica quando le delicate cellule sensoriali o le fibre nervose dell'orecchio interno si danneggiano. Ciò impedisce loro la corretta trasmissione del suono. Le cause più comuni di una perdita neurosensoriale sono il naturale processo di invecchiamento o l'eccessiva esposizione al rumore.

Diagnosi e trattamento



Il primo passo verso il miglior udito è rivolgersi ad un professionista dell'udito per un esame uditivo. Ciò richiede meno di un'ora ed è assolutamente indolore. Poiché ci sono molte informazioni da memorizzare, si offra di accompagnare l'interessato, meglio se si è in due a ricordare.

Se il test uditivo rivela i segni di una perdita, il passo successivo sarà il

trovare la giusta soluzione. Sebbene gli apparecchi acustici non potranno mai ristabilire completamente l'udito di una persona, quando indicati possono però recuperare le sue abilità nel comunicare, migliorando non solo la qualità della propria vita ma anche del resto della famiglia.

In oltre il 70% dei casi di perdite uditive, gli apparecchi acustici sono il trattamento indicato. Le persone spesso si stupiscono nel notare che i moderni apparecchi acustici non hanno nulla a che vedere con i loro predecessori. Le vecchie "grandi banane beige" sono state rimpiazzate da modelli più eleganti ed accattivanti proprio come qualsiasi altro accessorio per la comunicazione.

Trovare la soluzione giusta significa anche capire cosa si può fare per comunicare più facilmente. La soluzione audioprotesica proposta dall'Audioprotesista di fiducia terrà conto delle esigenze, stile di vita, gusti personali e budget.

Abituarsi agli apparecchi acustici

Una volta che al suo caro sono stati adattati gli apparecchi acustici deve incoraggiarlo ad avere pazienza. Ma dovrà averne anche lei. All'inizio i suoni amplificati possono risultare ridondanti perché il cervello ne ha dimenticati alcuni e deve riabituarsi a sentirli di nuovo. È più o meno come allenare un muscolo rimasto inutilizzato a lungo.

Durante i primi giorni è importante indossare il più a lungo possibile gli apparecchi. Non appena il cervello ha avuto il tempo di abituar-si, i benefici saranno più evidenti, e la persona a lei cara indosserà gli apparecchi per tutto il giorno.

Cosa aspettarsi

È più facile abituarsi agli apparecchi acustici quando il/la suo/a caro/a e tutti i suoi familiari sanno cosa aspettarsi.

- *Gli apparecchi acustici non possono ristabilire completamente l'udito di una persona.*
- *L'ascolto in ambiente rumoroso può essere più difficile anche con gli apparecchi acustici (anche per un mormourente).*
- *Il periodo di adattamento varia da persona a persona e può richiedere poche ore come pochi giorni, settimane o mesi.*
- *Inizialmente il volume può sembrare troppo basso o troppo forte. Se così fosse, lo spinga a farsi regolare ulteriormente gli apparecchi.*



La comunicazione è una strada a doppio senso

Gli apparecchi acustici da soli possono non essere sufficienti a consentire di comunicare bene in ogni circostanza. Con i seguenti suggerimenti, familiari ed amici possono fare molto per rendere la comunicazione più semplice:

- *Prima di parlare, guadagni l'attenzione della persona, in modo che possa guardarla e concentrarsi su quello che dice.*
- *Parli chiaramente e ad un ritmo naturale. Rammenti di non parlare troppo forte o gridare.*
- *Si avvicini e si metta in modo che il suo viso sia ben visibile per consentire una facile lettura delle sue labbra ed espressioni.*
- *Eviti di masticare o fumare mentre parla.*
- *Non si nasconda mai dietro un giornale né appoggi guancia o mento sulla mano mentre parla.*
- *Eviti di parlare da un'altra stanza.*
- *Se l'altro ha difficoltà a comprenderla, cerchi di riformulare la frase piuttosto che ripeterla.*

- *In conversazioni di gruppo, cercate di non interrompervi l'un l'altro*
- *Eviti porte e finestre con affacci rumorosi; se non può chuderle trovate un angolo più tranquillo dove poter parlare.*
- *Riduca il rumore di fondo, per esempio abbassando la TV o lo stereo.*

Quando uscite e dintorni

Se andate insieme a teatro o al cinema, chiami in anticipo per verificare che vi siano dei sistemi di ausilio all'ascolto (sistemi che facilitano l'ascolto con apparecchi acustici). Quando prenota un ristorante, chiedi di riservare il tavolo più tranquillo.

In riunioni o a seminari, gli/le rammenti di arrivare presto per occupare i primi posti frontali. E lo/la esorti a chiedere ai relatori di utilizzare un microfono.

Qual'è il prossimo passo da fare?

Raccogliere informazioni è il miglior modo per iniziare. Su internet lei può cercare informazioni sulle perdite uditive, e condividerle con il suo caro. Se riesce a fargli capire che forse ha un problema, sarà già sulla buona strada per trovare una soluzione.

Il secondo passo è prendere un appuntamento per un esame dell'udito. Puntualizzi che, come per ogni altro problema di salute, prima

si arriva ad una diagnosi, più si ottengono risultati di successo.

Una volta riuscito a condurlo presso un professionista dell'udito, lo avrà affidato in ottime mani. E nei mesi a venire, potrà accompagnarlo nel viaggio verso il miglior udito.

Per maggiori informazioni, visiti:
www.oticon.com



People First "Le persone prima di tutto", è lo spirito della OTICON che si riflette in tutto quello che facciamo. Sono persone che usano i nostri prodotti, che li progettano, costruiscono, scelgono, adattano. La tecnologia è il veicolo del progresso, la conoscenza ne è il propulsore. La conoscenza dimora nelle persone.

Centro Audioprotesico:



906 01 035 00 / 01.10