

# Gríptu til þinna ráða

- Láttu mæla heyrnina,  
það er ekki flókið



ReSound



rediscover hearing



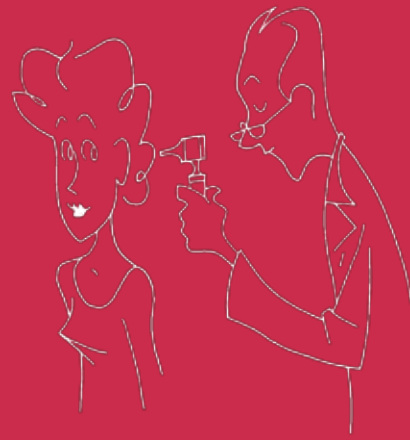
## Hefur heyrnarmæling einhvern tilgang?

Heyrnarmæling er trúlega eitt einfaldasta próf sem maður getur tekið. Hún er fljótleg, einföld og sársaukalaus. Í flestum tilvikum kemur niðurstaðan strax, maður fær strax að vita ef um heyrnarskerðingu er að ræða og hvað sé vænlegt að gera til að ráða bót á henni. Það eru til margar aðferðir við að mæla heyrn en flestar byrja á spurningum um heilbrigði eyrnanna, heilsu og aðstæður þess sem ætlar að láta mæla sig. Svör við þessum spurningum geta skýrt ástæðu og eðli hugsanlegrar heyrnarskerðingar.

## Hlustirnar skoðaðar lauslega

Það fyrsta sem heyrnarfræðingurinn gerir er að skoða inn í eyrun með eyrnasjá en það er gert til að skoða hlustirnar og hljóðhimnurnar. Útlit hljóðhimnu gefur upplýsingar um ástand hennar og vísbendingar um það sem er að gerast í miðeyranu. Að skoða inn í hlust er án sársauka.

Vert er að hafa í huga að maður er í höndum fagfólks sem vill bæta lífsgæði fólks. Enginn má hika við að ræða áhyggjur sínar og spyrja um það sem kemur upp í hugann.





## Heyrnarprófið

Með heyrnarprófi er næmni heyrnarinnar mæld með heyrnarmæli við mismunandi tíðni hljóðs.

## Skref fyrir skref

**1** Heyrnarpróf er oftast gert í hljóðeinangruðum mæliklefa þar sem heyrnartól eru sett yfir eyrun.

**2** Heyrnartólin eru tengd við heyrnarmæli sem er kvarðaður þannig að með honum er heyrnin mæld með góðri nákvæmni.

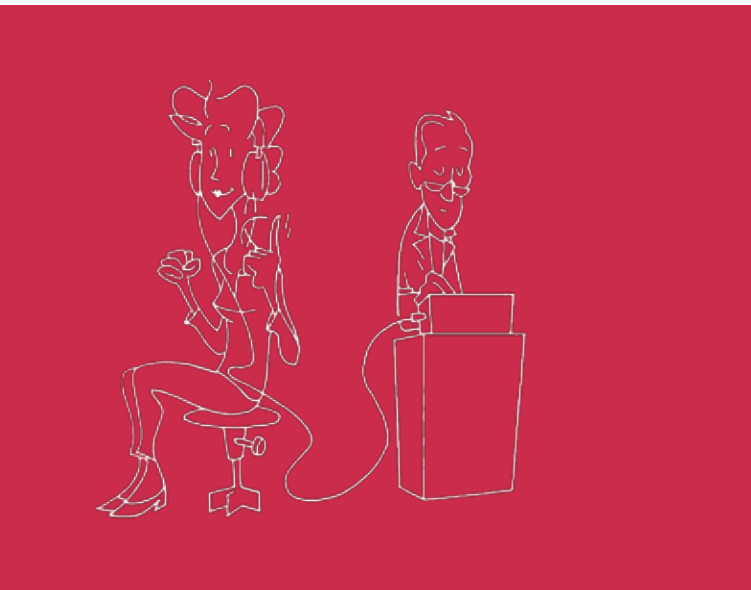
**3** Mælirinn sendir tón með mismunandi tíðni og styrk í annað eyrað í senn. Niðurstöðuna notar heyrnarfræðingurinn til að gera heyrnarrit, sjá á næstu síðu.

**4** Þegar mismunandi tónar eru sendir til eyrna þinna gefur þú merki með því að þrýsta á hnapp ef þú greinir hljóðið, hversu lágt sem það er. Heyrnarfræðingurinn er að leita að lægsta hljóði sem þú heyrir fyrir hvern tón en það eru nefnd heyrnarmörk. Þú skalt ekki hafa áhyggjur af því þó sami tóninn heyrst oftast en einu sinni. Það er gert til að auka nákvæmni mælingarinnar.

**5** Meðan á heyrnarmælingunni stendur er skráð heyrnarrit sem sýnir hvernig heyrnin er í samanburði við eðlilega heyrn, sjá á næstu síðu.

**6** Heyrnarritið er graf sem sýnir tíðni á lárétta ásnum og hljóðstyrk á þeim lóðrétta. Heyrnarmörk eyrnanna eru línurnar sem koma fram á grafinu. Eðlileg heyrn fullorðins fólks er 25 dB eða lægri.

**7** Hluti af heyrnarmælingunni er talgreining. Í heyrnartólunum heyrast orð sem þú átt að endurtaka. Hafðu ekki áhyggjur þó að þú náir ekki öllum orðunum. Betra er að giska en að sleppa að svara.





## Hvað má lesa úr niðurstöðunni?

Heyrnarfræðingurinn mun útskýra niðurstöðu mælingarinnar. Heyrnarskerðing er mæld í desíbelum, dB. Eðlileg heyrn nemur hljóð frá 0 til 25 dB á öllu tíðnisviðinu. Heyrnarmörk fyrir mismunandi heyrnarskerðingu eru flokkuð á eftirfarandi hátt:

Væg: 25-40 dB HL

Væg meðal: 41-55 dB HL

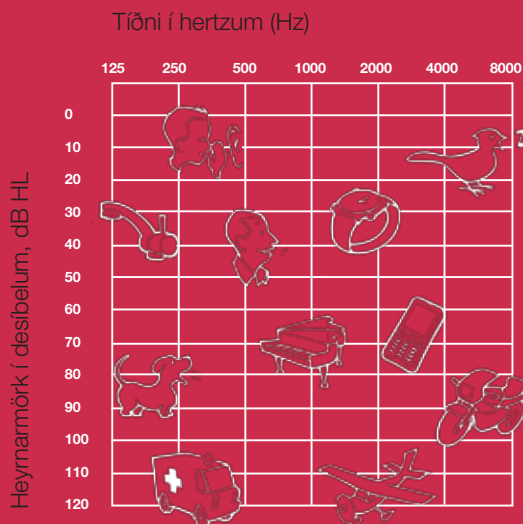
Meðal: 56-70 dB HL

Mikil: 71-90 dB HL

Algjör: 90+ dB HL

## Hvað er til ráða ef mælingin sýnir heyrnarskerðingu?

Á heyrnarritinu sést hvernig heyrnin er. Ef heyrnin er skert metur heyrnarfræðingurinn í samráði við þig hvaða heyrnartæki henta þér best, hvort þú þurfir eitt eða tvö tæki og hvernig þú getur haft sem best not af þeim.



Heyrn er eðlileg á bilinu  
0 til 25 dB



## Heyrnartæki eru minna áberandi en heyrnarskerðing

Fyrir mörgum árum voru heyrnartæki stór, áberandi, óþægileg, húðlituð hjálpartæki með lélegri virkni.

Á síðustu tíu árum hafa tækin þróast á sama hátt og tölvur og farsímar. Nú eru þau lítil, næstum ósýnileg og þau vinna margfalt betur en gömlu tækin. Nokkrar gerðir eru af heyrnartækjum: Bak við eyra (BTE), inn í eyra (ITE), inn í hlust (ITC), algjörlega inn í hlust (CIC) og innfæld opin tenging (IOT).

Bak við eyra (BTE)



Inn í eyra (ITE)



Inn í hlust (ITC)



Algjörlega inn í hlust (CIC)





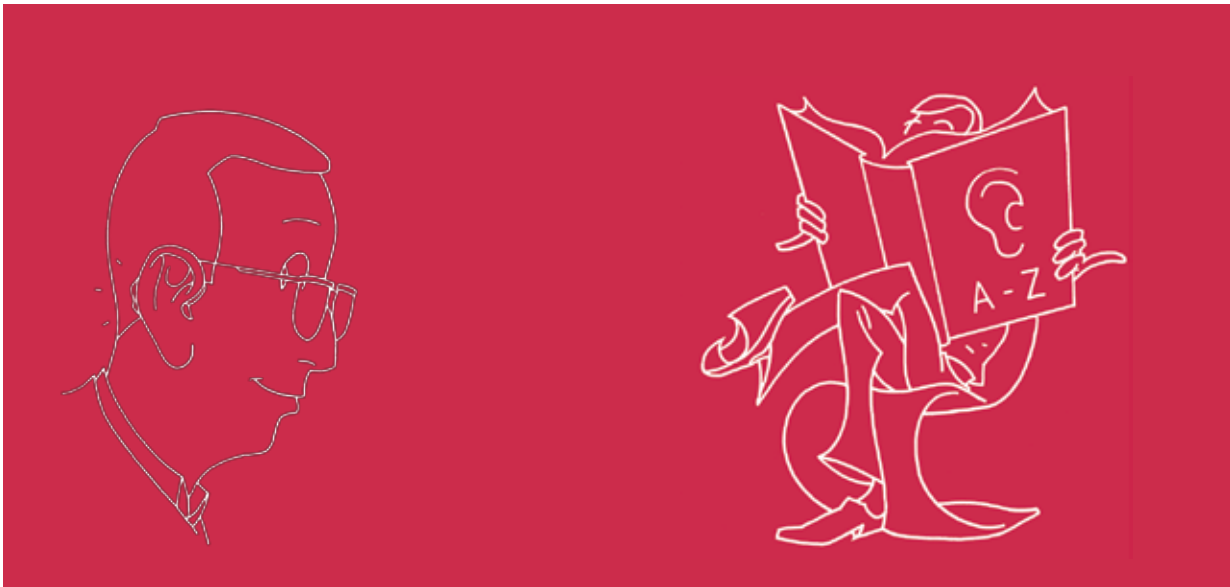
## Hvaða kosti hafa nútíma heyrnartæki?

Ný heyrnartæki búa yfir margs konar tækni, meðal annars til að bæta talskilning í hávaða með því að sía bakgrunnshljóðin frá en magna talhljóð. Þau eru einnig forrituð til að hæfa þörfum þess sem notar þau. Nútíma heyrnartæki magna ekki upp öll hljóð en þau gera hljóðin skýrari

## Að fá betri heyrn

Fyrsta skrefið að betri heyrn er mæling og greining heyrnarfræðings. Ef heyrnartækja er þörf þarf að velja þau af kostgæfni, forrita virkni þeirra, fá leiðsögn um notkun þeirra og einnig er nauðsynlegt að nýta eftirfylgni. Því meira sem maður veit um heyrnarþjónustu og heyrnartæki þeim mun betri árangur næst. Því er best að kynna sér þessa hluti eins vel og kostur er. Heyrnarfræðingurinn getur bent á gagnlegt efni til að lesa og einnig er mikið af upplýsingum á Netinu.

Gott er að byrja á: **[www.heyrn.is](http://www.heyrn.is)**  
eða **[www.rediscoveround.com](http://www.rediscoveround.com)**.



# ReSound



rediscover hearing

Til að fá nánari upplýsingar vinsamlegast  
hafið samband við:

Heyrn  
Hlíðasmára 11, Kópavogi  
Sími: 534 9600  
Netfang: [heyirn@heyirn.is](mailto:heyirn@heyirn.is)  
[www.heyirn.is](http://www.heyirn.is)