

## Hørehandicap

Teksten er stillet til rådighed fra hjemmesiden:  
[www.hoerelse.info](http://www.hoerelse.info), der redigeres af Castberggård.

## Høreproblemer

Øret er et meget fintfølede og kompliceret organ - et komplekst system, hvor den mindste ændring i en af de enkelte dele medfører en forringelse af hørelsen. Et høreproblem kan således have mange forskellige årsager og udarte sig på mange måder.

Det mest udbredte høreproblem er det såkaldte aldersbetingede høretab. Et høretab kan også skyldes otosklerose, Ménières sygdom, en støjskade, en fødselsskade, arvelige el. genetiske forhold, mellemørebetændelse, ørevoks, forskellige former for medicin og meget andet.

Tinnitus (støj, hyletoner eller brummen i øret) er i dag et udbredt fænomen. Hyletoner i øret behøver ikke betyde nedsat hørelse, men omvendt er tinnitus ofte tegn på, at nogle af det indre øres sanseceller er beskadiget og dermed tegn på en hørenedsættelse i specifikke frekvensområder.

Uanset om der er tale om tinnitus, høretab eller f.eks. lydoverfølsomhed vil resultatet være, at der opstår problemer med at høre - enten generelt eller i specifikke situationer (f.eks. med meget baggrundsstøj).

Problemer med at høre kræver ofte ekstra energi og kan således resultere i træthed, stress og/eller søvnbesvær. Da hørelsen er af stor betydning for kommunikation og samvær med andre mennesker, er det derfor vigtigt at tage et høreproblem alvorligt og gøre noget ved det.

## Høretab

Et høretab måles bl.a. ved (via hovedtelefoner) at sende forskellige toner i forskellige frekvensområder til hvert øre. Ved at variere niveauet af tonerne, kan hørespecialisten fastslå grænsen mellem

de frekvenser og den lydstyrke, man hører - og dem, man ikke hører. En sådan grænse kaldes for høretærsklen. Hvis der uanset styrke overhovedet ingen reaktion er på de forskellige lyde, vil man tale om døvhed.

Der skelnes mellem et let, et middelsvært og et svært (kraftigt, stort) høretab, alt efter hvor meget hørelsen er nedsat. Disse betegnelser er dog kun en overordnet gruppering, idet høretabet ofte er forskelligt i de forskellige frekvenser (toneområder). F.eks. er et aldersbetinget høretab ofte størst i diskanten (de lyse toner), mens et arveligt høretab f.eks. kan være størst i mellemtonen (taleområdet). På samme måde kan en støjskade være et høretab i et helt specifikt frekvensområde, således at hørelsen er normal indenfor alle de andre toneområder.

Der er derfor meget forskelligt, hvordan et høretab opleves fra menneske til menneske. Nogle oplever, at alt for så vidt er højt nok men man kan bare ikke skelne, hvad der bliver sagt. Andre føler blot, at alt er for svagt, mens andre igen har problemer med helt bestemte lyde, toneområder eller stemmetyper.

## Høreundersøgelser

**En undersøgelse af øret og hørelsen (audiometri) består som regel af flere forskellige prøver.**

### **Anamnese**

Dette ord dækker den del af undersøgelsen, der omhandler samtale med den professionelle, dvs. hvordan man selv opfatter sin høreevne, symptomer, fysiske gener eller andet, der ligger til grund for at få foretaget en undersøgelse.

### **Otoskop**

Med et otoskop kan øregangen, trommehinden og til dels mellemøret undersøges visuelt. Ved otoskopi kan det konstateres, om trommehinden er sprængt, om der er væske i mellemøret eller tegn på mellemørebetændelse.

### **Impedansmåling**

Denne prøve registrerer trommehindens bevægelse som følge af trykforandringer inde i øregangen. Prøven er med til at bestemme

typen af hørenedsættelse, og det er den prøve, der vælges til at diagnosticere mellemørebetændelser. Impedansmålinger kan også bruges til at registrere den akustiske refleks, der opstår, når man udsættes for visse kraftige lyde. Denne refleks fremkalder en stramning af trommehinden og er en naturlig beskyttelse mod kraftige lyde. Hvis refleksen ikke udløses eller kun udløses ved ekstremt kraftige lyde, kan det være tegn på, at visse hørestrukturer er påvirket.

### **Rentoneaudiometri**

Prøven udføres i to trin, kaldet ben- og luftledning, og foregår i et lydisoleret rum. Ved denne såkaldte 'almindelige høreprøve' sendes forskellige toner i forskellige frekvenser med skiftende lydstyrke gennem hovedtelefoner til hvert øre (luftledning). For hver enkelt tone markeres der, enten med et 'ja', en håndsoprækning eller et tryk på en knap, om man har hørt tonen. Resultatet krydses undervejs ind i et audiogram, der således kan vise den aktuelle høretærskel, dvs. hvor meget og i hvilke frekvenser hørelsen evt. er nedsat. Herefter foretages prøven på samme måde med en 'benleder', som placeres på knoglen bag øret. Tonerne overføres på denne måde som vibrationer gennem kraniet (benledning). Ved at sammenligne de to prøver, kan det konstateres, om et evt. høretab skyldes den ydre del af øret (et konduktivt høretab) eller det indre øre (et sensorineuralt høretab).

### **Taleaudiometri**

For at teste evnen til at skelne ord fra hinanden, afspilles et bånd med nøje tilrettelagte, enkeltstående ord. For hvert ord skal dette gentages. Det 'friske' øre vil kunne gentage korrekt, mens et høretab vil have misforståelser (f.eks. 'jord' i stedet for 'bord'). Ofte afspilles ordene også med støj i baggrunden for derved at teste skelneevnen i støjende omgivelser.

### **Scanning og Hjernestammeaudiometri**

Er der resultater af ovenstående prøver, som giver mistanke om f.eks. Acusticus Neurinom (godartede svulster på hørenerven), vil der anbefales en scanning af hjernen, samt en hjernestammeaudiometri. Ved sidstnævnte måles med elektroder de hjernebølger, der opstår som følge af stimulering med lyd. Begge prøver udføres, uden at man medvirker aktivt.

*Da evnen til at høre hovedsagelig foregår reflektorisk, vil disse forskellige prøver tilsammen danne et realistisk billede af den pågældende persons hørelse. Dog kan visse sygdomme, samt indtagelse af medicin, alkohol el. lign. påvirke resultatet.*

## **Børn og høretab**

For de fleste forældre opleves dét at få et døvt eller hørehæmmet barn som en stor sorg. Forældrene vil i begyndelsen ofte plage sig selv med spørgsmål som: Hvordan skal vi forholde os? Kan vores barn få et normalt liv? Hvad med kammerater? Hvordan vil det gå i skolen? Hvad kan vores barn blive som voksen?



Det er aldrig problemfrit at være anderledes - men hvis et høretab bliver opdaget og tacklet fornuftigt lige fra starten, er der alle muligheder for at barnet kan få et normalt og godt liv.

Hvert år fødes ca. 2 ud af 1000 med et så stort høretab, at det kan påvirke den sproglige udvikling. Derfor er det vigtigt at opdage et høretab så tidligt som muligt. Læg mærke til, hvordan barnet reagerer på lyde og vær opmærksom på barnets sproglige udvikling.

Høretab hos børn kan opstå under fødslen eller være arveligt betinget. Derudover er mellemørebetændelse ansvarlig for mange midlertidige hørenedsættelser hos børn og unge. Hos nogle børn kan en mellemørebetændelse give et permanent høretab.

Hvordan barnets udvikling vil forme sig, er meget afhængigt af

høretabets størrelse. Nogle børn mangler hørelse på begge ører, mens andre kan mangle hørelse kun på det ene øre. En del børn har mindre høretab, som umiddelbart ikke hæmmer barnets udvikling og derfor ofte ikke opdages før senere i livet.



Det er under alle omstændigheder vigtigt, at en tale-hørepedagog følger barnets udvikling og yder den nødvendige specialpædagogiske bistand.

*Vær opmærksom på, at et høretab ikke er ensbetydende med mangel på intelligens. Omvendt kan et høretab, der ikke bliver afhjulpet, få alvorlige konsekvenser for både, indlæring, udvikling og barnets psyke som helhed.*

## Cochlear Implant

Cochlear implant (CI) er betegnelsen for en operation, der kan hjælpe døve til at opfatte lyd. For det døvfødte barns vedkommende er det vigtigt med så tidlig operation som muligt for at kunne udvikle et verbalt sprog. For den døvblevne voksne eller større barn er tidlig operation lige så vigtig for at kunne bevare sproget. CI giver ikke normal hørelse. Men hvis patienten findes velegnet til operation med fungerende hørenerve og mulighed for kirurgisk adgang til den, er det muligt at give lydoplevelser til personer, der ikke kan bruge høreapparat.

CI blev i begyndelsen overvejende indopereret på voksne, men har i de senere år gennemgået en rivende udvikling og udføres i dag med overvejende gode resultater, også på børn.

Cochlear Implant-operationer på børn bliver i dag foretaget to steder i landet: På Århus Universitetshospital og på Amtssygehuset i Gentofte.

*CI er et radikalt indgreb, og det er derfor vigtigt at søge information og sætte sig ind i fordele og ulemper. CI er således ikke en løsning for mennesker med høretab, der kan afhjælpes med høreapparater.*

Efter operationen er det nødvendigt med intensiv sprogtræning. For at få flere informationer om CI kan du henvende dig til dit lokale amts høreklub eller foreningen DeCIbel (Familieforeningen for Cochlear implanterede børn):

DeCIbel v/Niels Henrik Sørensen  
Dyrelunden 1 3320 Skævinge tlf.  
48 28 88 58 (efter 18)

### **Sådan fungerer**

Cochlear Implant (CI) er en lydforstærker, som er opereret ind i øret og stimulerer hørenervens ender direkte. Som ved et almindeligt høreapparat modtager CI lydbølger via en udvendig mikrofon. Den sender elektriske signaler til et forstærker- og signalbehandlingssystem i en taleprocessor, hvor signalerne bliver kodet med henblik på taleforståelse.

Hele dette apparatur befinder sig udenpå brugeren ligesom et almindeligt høreapparat.

Fra taleprocessoren, der med sin antenne er placeret bag øret og fastholdes magnetisk, sendes signalerne trådløst nogle få mm. til en modtager, som er indopereret i knoglen under huden. Denne signalmodtager er forbundet med 22 - 24 elektroder, som fra modtagerens plads i knoglen bag øret er ført gennem mellemøret og via det runde vindue ind i det indre øres nederste spiralkanal.

Elektroderne er isolerede, så strømmen fra de enkelte elektroder - uden at påvirke hverken kranium, mellemøre eller de defekte sanseceller i det indre øre - når ind og stimulerer de perifere ender af hørenerven, som er modtagelig for den pågældende tone.

## Tinnitus

Tinnitus er betegnelsen for oplevelse af støj, hyletoner eller susen i ørerne og er et fænomen, som ikke kan høres af andre end personen selv. Tinnitus kan have utallige årsager, såsom forskellige sygdomme, ørelidelser, høretab, medicin, unormalt blodtryk, støj, stress, psykisk ubalance m.m.

De fleste mennesker, både børn og voksne, oplever af og til at have støj i ørerne efter en lang dag i skolen/på arbejdet, efter en fest eller en koncert med høj musik. Dette er som regel forsvundet dagen efter og er ikke tinnitus - men det er ikke desto mindre tegn på, at hørelsen er blevet belastet.

Hvis hørelsen igen og igen udsættes for belastning, kan støjen i ørerne pludselig blive permanent (eller ofte tilbagevendende) og man vil herefter betegne det som tinnitus. I de senere år har det vist sig, at kraftig lyd/støj af forskellige art er en af hovedårsagerne til det voksende antal tinnitus-ramte.

Tinnitus behøver ikke at være ensbetydende med et høretab, men omvendt er tinnitus ofte tegn på, at nogle af det indre øres sanseceller er blevet overbelastet eller beskadiget. Er sansecellerne ødelagte, kan de ikke repareres eller gendannes.

Støj eller hyletoner i ørerne kan således være tegn på en støjskade, hvor der er hørenedsættelse i helt specifikke frekvensområder - måske ikke i en grad, der vil betegnes som et egentligt høretab, men som alligevel giver problemer med at høre, hvis der f.eks. er meget baggrundsstøj.

Tinnitus har en tendens til at 'vokse', hvis man fokuserer på den, er anspændt eller f.eks. er angst for årsagen. Selvom tinnitus som sådan ikke kan helbredes, findes der i dag bl.a. forskellige psykologiske metoder, som kan hjælpe den ramte, så støjen i ørerne ikke mere forstyrrer eller opfattes som belastende. Nogle mennesker har også erfaring med, at visse former for vitaminer eller kosttilskud kan have en positiv virkning. Andre har lettere ved at falde i søvn, hvis de udsættes for en svag støj fra stereoanlægget eller fra en lydpudder.

Hvis støjen i ørerne er opstået efter langvarigt støjende arbejde (f.eks. som smed, maskinarbejder, musiker eller børnehavepædagog) vil nogle opleve, at tinnitus'en aftager eller forsvinder, hvis man ophører med arbejdet. Men for mange er det et problem, der desværre er kommet for at blive.

Da tinnitus i nogle tilfælde kan være tegn på andre sygdomme, er det en god ide at opsøge en ørelæge, hvis man pludselig oplever vedvarende støj eller hyletoner i ørerne.

## Høre- og støjskader

En høre- eller støjskade er i princippet det samme som et høretab, forstået på den måde, at der er dele af hørelsen som er nedsat.

Ved høreskader som f.eks. ved skud eller en eksplosion, vil skaden indtræffe som følge af det voldsomme lydtryk, der er udløst. Afhængig af hvordan og med hvilken afstand man fysisk har været til stede, kan det ene eller begge ører være beskadiget. En høreskade kan også være betegnelsen for en fødselsskade (f.eks. mangel på ilt under fødslen). Disse typer høreskader vil oftest afstedkomme, at man fra skadetidspunktet og resten af livet vil have et uændret høretab - med mindre f.eks. et aldersbetinget høretab sætter ind.

Støjskader vil generelt vise sig som et høretab i helt specifikke frekvensområder, der typisk vil relatere til den støj, man har været udsat for. Har man f.eks. stået i mange år ved den samme maskine, vil høretabet ofte kunne relateres til maskinens 'funktionsfrekvenser'. Selvom en støjskade måske kun berører et snævert frekvensområde, kan den have store konsekvenser, f.eks. hvis høretabet befinder sig i netop den del af diskanten, der giver taleforståelighed.

I en del tilfælde kan det være meget vanskeligt at skelne mellem et aldersbetinget høretab og en støjskade. Da mange typer arbejdsstøj ikke kun befinder sig i et specifikt frekvensområde men berører hele diskanten, vil disse høretab 'ligne' hinanden.

Da dele af hørelsen ved en støjskade ofte er normal, var det før i tiden

ikke altid en hjælp med et høreapparat. I dag er det dog muligt at tilpasse et høreapparat helt individuelt og kan derfor i stor udstrækning afhjælpe selv meget specifikke høre- og støjskader.

## Otosklerose

Otosklerose er et konduktivt høretab, der intet har med sygdommen sclerose at gøre. Ved otosklerose er stignbøjlen i mellemøret vokset fast i det ovale vindue.

I mange tilfælde kan otosklerose afhjælpes med operation, hvor man enten 'rensner' stignbøjlen eller udskifter den med en ny, kunstig knogle. I mange tilfælde vil operationen derefter give en stort set normal hørelse. Dog har otosklerose en tendens til at vende tilbage efter en vis årrække. For nogle lykkes det at operere igen med et gavnligt resultat, mens det for andre vurderes, at yderligere operationer ikke vil hjælpe. Således vil mange otosklerose-patienter med årene få et permanent høretab, der dog oftest kan afhjælpes med høreapparater med godt resultat.

Enhver operation indebærer altid en risiko - og da øret er et lille og kompliceret organ med mange funktioner, kan operationen resultere i f.eks. tinnitus, svimmelhed eller lydoverfølsomhed. Der er dog sket en stor udvikling på dette område, og i dag udføres disse operationer som regel med et vellykket resultat.

## Lydoverfølsomhed

Hvis lyd (især kraftige eller skarpe lyde) generelt opleves som en plage eller måske decideret smerte, taler man om lydoverfølsomhed. I det moderne samfunds støjende verden, er denne overfølsomhed et voksende problem.

Med alderen bliver de fleste mennesker mere følsomme overfor lyd. Dette synes især at gælde mennesker med nedsat hørelse. Sagt på

en anden måde: Det område, hvor du kan høre og finder lyd behagelig er indsnævret. Svage lyde høres ikke, mens kraftige lyde generer. Lydoverfølsomhed kan også optræde hos yngre mennesker og børn.

Lydoverfølsomhed kan være meget generende og kan i lighed med tinnitus give koncentrationsbesvær, træthed, stress og/eller søvnbesvær. Nogen egentlig behandling findes ikke, men mange kan med psykologisk hjælp lære at leve med følsomheden. Samtidig er det selvfølgelig en hjælp, hvis du undgår støjende miljøer og informerer dine omgivelser om problemet.

Er du høreapparatbruger og lydoverfølsom, skal du have et apparat, der kan indstilles, så kraftige lyde bliver dæmpet.

## Ménières syge

Ménières syge er en øresygdom, der i sig selv ufarlig, men ofte er meget ubehagelig. Ménière giver svimmelhedsanfald og er ledsaget af kraftig øresusen og høreproblemer. Sygdommen kan angribe det ene eller begge ører og giver samtidig et stigende høretab. Den nedsatte hørelse kan dog variere og er derfor ikke altid lige nem at afhjælpe med høreapparater.

Svimmelheden er altid meget voldsom og opleves for mange Ménièrepatienter som det største problem, da det ofte udarter sig på samme måde som søsyge med ubehag og kvalme. Man kender ikke årsagen til Ménière og sygdommen kan ikke helbredes. Der findes dog i dag forskellige former for medicin, som kan afhjælpe svimmelheden.

En del ménièrepatienter oplever, at sygdommen 'brænder ud' med årene - at anfaldene mindskes og bliver mere sjældne. Mange lærer at leve med sygdommen og finder frem til en god livskvalitet ved hjælp af medicin, høreapparater og/eller psykologisk hjælp. Nogle ménièrepatienter har desuden gode erfaringer med kostændring af forskellig art.

## Svimmelhed

Svimmelhed kan have mange årsager, såsom væskemangel, for lav blodprocent, forkert blodtryk, influenza, piskesmæld og meget andet. Men da balanceorganet er placeret i det indre øre, kan pludselig svimmelhed i kortere eller længere perioder være et tegn på unormale tilstande i øret.



Både det indre øre og balanceorganets tre buegange er væskefyldte. Disse væsker er adskilt af tynde hinder. Balanceorganet fungerer som et slags hydraulisk system, der sørger for, at vi kan orientere os og holde balancen. Sker der forandringer, der påvirker sansecellerne i organet eller påvirker disse væsker, vil dette komplekse system ikke fungere efter hensigten.

Svimmelhed kan derfor også være tegn på f.eks. godartet positionssvimmelhed, Ménières syge, en fistel (hul ind til en af det indre øres væsker) eller en virus på balancenerven.

## Aldersbetinget hørenedsættelse

Aldersbetinget hørenedsættelse er et fænomen, som hyppigt indtræder, når man kommer op i årene.

Hørenedsættelsen viser sig på to måder: For det første opfatter man al lyd svagere, for det andet får man ofte sværere ved at skille ordene ad. Skelneproblemerne skyldes, at også hårcellerne i det indre øre bliver slidt. Ud over at alle lyde bliver svagere, bliver lyden for de flestes vedkommende altså også forvrænget.

Har man arbejdet et langt liv mellem støjende maskiner, er et høretab ofte en kombination af en støjskade og et aldersbetinget høretab.



Ældre med høretab risikerer at isolere sig, fordi det er svært at høre, når der er flere sammen og der er baggrundsstøj. Det er krævende og trættende at følge med, så det er "nemmere" at blive hjemme, uanset om der er tale om en familiefest eller kortspil. Fordi høretabet er usynligt, forstår omgivelserne ikke altid, hvorfor man isolerer sig. Derfor er det vigtigt, at man selv gør opmærksom på, at man har svært ved at høre.

Der er forholdsregler, man kan tage som ældre. Høretabet i sig selv, kan man ikke gøre noget ved - men med et høreapparat kan man genvinde meget af hørelsen. Problemerne med at skelne ordene forsvinder dog ikke altid, og under alle omstændigheder tager det tid at vænne sig til at bruge høreapparaterne. Det er en stor fordel, hvis høreapparatbrugeren selv gør opmærksom på sit høretab. Hvis andre tager hensyn og husker at bruge de Ni Gode Råd, glider kommunikationen meget lettere.

## 9 gode råd

Her er en liste på 9 gode råd om, hvordan du bedst kan tale med en person med høreproblemer:



1: Sørg for at se på hinanden, når I taler sammen



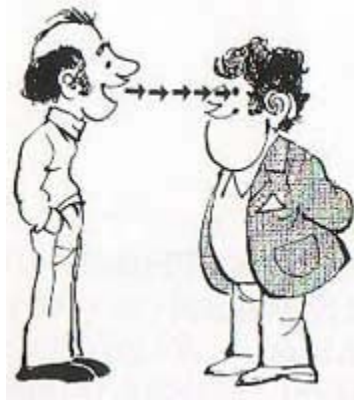
2: Stå et sted, hvor du har lys på ansigtet.  
Ellers er det meget svært at mundaflæse.



3: Sørg for, at den, der hører dårligt er med i samtaler med flere andre, og giv korte forklaringer på, hvad der bliver talt om.



4: Tal aldrig mens du sidder bagved en avis eller med munden skjult.



5: Tal direkte - ikke henkastet, og sørg for at I har øjenkontakt.



6: Tal tydeligt og ikke for hurtigt. Gentag, hvis det er nødvendigt, men brug andre ord.



7: Tal med normal stemmestyrke. Lad være med at råbe - især, hvis den, der hører dårligt, bruger høreapparat.



8: Hvis du ler af noget sammen med en person med nedsat hørelse, så fortæl, hvad du griner af.



9: Undgå unødvendig støj når I taler sammen.

## Familie og venner

Høreproblemer er desværre fulgt af en række fordomme og myter, som af og til spænder ben for en god livskvalitet med godt samvær og god kommunikation.

Det tager ofte tid at erkende og lære at leve med et høreproblem. Derfor har det stor betydning, at både familie, venner og kolleger har forståelse og viden om problemerne og respekterer de processer og den tid, der skal til for at lære at acceptere de nye livsvilkår.



Hvis du har et høreproblem, er det derfor meget vigtigt, at du forsøger at være åben om det. Hvis ikke andre mennesker kender til dit problem, er det svært at være forstående og hjælpsom - og der kan nemt opstå misforståelser, som kan være med til, at andre får et fejlagtigt indtryk af dig. Tag imod de mange muligheder der er i dag med høreapparater og tekniske hjælpemidler. Tag ansvar for det, du gerne vil høre og bed folk om at gentage, hvis du ikke hører - også anden og tredje gang, selvom det er besværligt.

Hvis du har en ven eller et familiemedlem, der har et høreproblem - og måske oven i købet står midt i en erkendelsesproces - er det en god ide, at du sætter dig ind i, hvad det handler om. Det hjælper ikke at lægge pres på et menneske, hvorimod kærlig omtanke og viden kan være det, der er med til at give frugtbare resultater. Søg information og tal med vedkommende om, hvad han/hun eventuelt har brug for. Og vær opmærksom på, at gentagelser, misforståelser og støjende omgivelser trætter - ligesom overdreven medfølelse, fratagelse af ansvar eller overbeskyttelse kun gør situationen værre.