

De vill få fler att söka hjälp

Borgå

Jessica Backman och Kerstin Johansson vet hur uttröttande det kan vara att anstränga sig för att höra på jobbet och i sociala sammanhang. Nu hoppas de att fler vågar söka hjälp tidigare.

Jessica Backman tittar på sin kollega **Kerstin Johansson**.

– Till en början tyckte jag att det var skämmigt, säger Backman med ett litet skratt och fortsätter: Det känns lite stigmatiserat, dålig hörsel är något som äldre personer har.

Johansson nickar instämmande.

– Jag var rädd för att folk tror att man är trög när man hör dåligt, säger Johansson.

Backman stryker sitt mörka hår åt sidan så att örat syns.

– Jag går ofta med håret utslaget så att det inte ska synas att jag har hörapparat. Men den här moderna apparaten är ju knappt synlig, säger hon och pekar på den tunna, genomskinliga slingan som går in i örat.

För Backman började problemen för 12 år sedan, när hon var 34 år gammal och hade kommit tillbaka till jobbet efter sitt andra barn.

– Jag hade svårt att höra vad andra sade på möten.

Backman fick sin undersökning via arbetshälsovården.

– Det var *krätigare* på den tiden för man måste åka in till Helsingfors och stöpa former och prova modeller.

Då Backman fick sin första hörapparat var förvånningen stor.

– Mitt i allt var alla ljud jättestarka, jag hörde till och med då en knappall föll i golvet.

– Därför brukar jag inte ha på min hörselapparat när jag äter, säger Johansson. Jag hör alla ljud väldigt tydligt. När jag cyklar på grus låter det som att jag är vid en stenköss.

För Johanssons del så var det inte hon själv som märkte att något var fel.

– Jag låg och sov på vänster öra i sängen, och jag hör sämre med det högra örat. Min telefon började ringa på nattgysbordet. Själv hörde jag ingenting, men min man som var två rum ifrån kom rusan-



Jessica Backman, till vänster, var 34 år när hon upptäckte att hon hade nedsatt hörsel. Kerstin Johansson var 55 år.



Jag minns hur slut jag var efter en dag på jobbet då jag fick anstränga mig för att höra.

Jessica Backman.

de och undrade varför jag inte svarade.

Johansson och Backman är kolleger.

– Då jag sitter i ett stort kontor med flera andra personer har jag svårt att höra vad andra säger eftersom jag hör knapprandet från alla tangentbord.

– Jag hör höga ljud, som gräshoppor, men har väldigt svårt att höra vad folk säger på möten. Speciellt låga mansröster hör jag dåligt.

Det händer att hon får be någon upprepa sig flera gånger.

– Ibland är jag rädd för att folk ska tycka att jag är en idiot, säger Backman med ett skratt.



Man kan välja mellan olika färger på dosan. Den här skiftar i brons.

FOTO: KRISTOFFER ÅBERG

– Jag kan också vara rädd för att uttala fel. Tänk om jag har uppfattat fel, upprepar något som redan sagts eller skrattar vid fel tillfälle, säger Johansson.

De slag av hörselnedsättning som Jessica Backman och Kerstin Johansson har är ärftliga.

– Jag har hört att min morfar hade dålig hörsel, säger Backman. Både är ense om att det är väldigt viktigt att ta tag i saken. Nedsatt hörsel kan leda till att man undviker sociala tillställningar, i rädsla för att inte hänga med i dialoger.

Backman fick sin moderna hörapparat så sent som i juni. Före det hade hon stora hörselnäckor.

– Men jag blev aldrig van med



Via en app i telefonen kan man justera ljudnivån och välja olika ljudmiljöer.

FOTO: KRISTOFFER ÅBERG

dem, alla ljud blev starka och min egen röst förvrängdes.

Det var Johansson som fick Backman att ta kontakt med arbetshälsovården igen för att byta till en bättre modell.

– Jag är nöjd med mina säger, Johansson. Man kan ha på dem när man tränar. De tål till och med lite regn.

De moderna hörpparaterna kan man styra via en app i telefonen.

– Man kan ställa in dem på till exempel restaurangläge, då dämpas sorlet omkring en.

Dessutom fungerar de som hörlurar.

– Jag kan lyssna på musik eller ljudböcker via dem. Familjen vet

inte alltid att jag lyssnar på något, så de kan bli förvånade när jag mitt i allt häpnar över något jag hör men inte de, säger Backman roat.

– Man kan också höra Teamsmöten via dem, säger Johansson.

Både är ense om att man inte borde skämmas för problem som har med hörseln att göra, även om det kan kännas så.

– Inte skäms ju folk heller för att de måste ha glasögon, säger Johansson.

Då de tagit upp sin hörselnedsättning har överraskande många sagt att de funderat på om de själva eller deras partner också har det. Det viktigaste är att få hjälp:

– Jag minns hur slut jag var efter en dag på jobbet då jag fick anstränga mig för att höra, säger Backman.

– Min hjärna gick på högvarv, jag hade svårt att varva ner efter jobbet, minns Johansson.

Den nationella hörseldagen firas den 2 oktober.



Fredrika Lindell
fredrika.lindell@bbl.fi

Längre köer till hörselvården i Östra Nyland: "Blivit allt svårare att få en tid"

Borgå

HUS tar över verksamheten i egen regi.

I Borgå öppnas två audiomottagningar och köerna väntas minska under hösten.

Att få en tid för hjälp vid hörselproblem har inte varit enkelt den senaste tiden. **Anneli Holmberg** är ordförande för Hörselföreningen i Östnyland.

– Flera av våra medlemmar har meddelat att det blivit allt svårare att få en tid vid HUS, säger Holmberg.

Vissa har fått vänta upp till nio månader på en hörselapparat efter diagnos. Från HUS svarar man att man håller på att ordna så att all verksamhet med hörselnedsättning ordnas av HUS. Tidigare har man använt sig av betalningsförbindelser till privata sektorn.

– Under övergångsperioden har väntetiderna blivit något längre, men målet är att uppnå en situation utan köer när det gäller hörapparatrehabiliteringen, säger **Antti Aarnisalo**, överläkare vid HUS Öron-, näs- och halssjukdomar, via e-post.

Aarnisalo uppskattar att köerna blir kortare redan under hösten.

– Jag bedömer att vi under nästa vår kommer att vara mycket nära en situation utan köer.

Läkare Antti Aarnisalo kommer att föreläsa om hörseltest och hörselrehabilitering på Äppelbackens servicecenter onsdagen den 7 oktober.

Kommer man att ordna med mer personal eller ordna andra arrangemang för att förkorta köerna?

– I Borgå öppnar vi två mottagningar för audionomer. Dessutom utför vi för närvarande hörapparatutprovningar som tillägsarbete inom den egna verksamheten,

Antti Aarnisalo på Äppelbackens servicecenter

Onsdag den 7 oktober kl. 15-17 i festsalen vid Äppelbackens servicecenter, Tullportsgatan 4, Borgå. HUS linjechef överläkare Antti Aarnisalo berättar om tinnitus och implantat i innerörat samt om verk-

samheten med hörseltest och hörselrehabilitering som inletts vid Borgå sjukhus. Föreläsningen går på finska, men Hörselföreningens representanter finns på plats och står vid behov till tjänst med översättning, svensk skrivtolk och induktionsslinga.

säger Aarnisalo och fortsätter:

– Vid behov kommer resurserna att förstärkas ytterligare för att köerna ska kunna avvecklas.

Förekomsten av hörselnedsättning ökar med stigande ålder. En-

ligt HUS är den typiska åldern för att få sin första hörapparat 76 år. I yngre åldersgrupper är hörselnedsättning betydligt mindre vanlig.

Fredrika Lindell