

# Du sa ju aldrig ”Va”

Det har varit en lång resa för Kerstin Karlsson, 56, att acceptera sin hörselskada. Det dröjde också länge innan hon insåg att den förmodligen låg bakom hennes rygg- och nackbesvär som gjorde att hon blev sjukskriven för vad som i dag skulle kallas utbrändhet. Förmodligen har hon också haft hörselskadan länge innan den upptäcktes. – Jag pratade nyligen om det med en nära väninna och hon säger att jag alltid har hållit fram huvudet på ett speciellt sätt när jag lyssnar.

TEXT: STEFAN ANDERSSON FOTO: KRISTINA WIRÉN

**KERSTIN KARLSSON** är utbildad socionom, har bland annat varit sjukhuskurator och arbetar i dag som diakon i Heliga korsets kyrka i Kalmar, yrken som innebär att man lyssnar mycket på andra människor, ofta människor i utsatta situationer som kanske talar tyst eller otydligt.

– Min hörselskada upptäcktes vid ett hörseltest 1989, men då rekommenderade man inte hörapparat eftersom det inte fanns någon hörapparat som kunde hjälpa mig, säger hon.

Kerstin tänkte inte så mycket mer på hörselskadan. Inte heller när hon i mitten av 1990-talet gick sjukskriven nästan ett år för värk i axlar, nacke och rygg.

– Jag försökte vara ”duktig, duktig” och gav allt på jobbet. Det gick ut över min fritid och familjen, jag var då också mamma till tre döttrar i tonåren.

– Ingen såg sambandet med hörselskadan, inte jag själv heller och jag tror att det är vanligt att det inte står med i sjukjournaler att man har en hörselskada.

Kerstin säger också att hon länge passerade som fullt hörande fastän hon inte var det och att hon mer eller mindre omedvetet har läst av på läpparna vad som sagts och litat på att klara det.

– Jag pratade nyligen med min syster om det här och hon hade heller aldrig förstätt hur dåligt jag hörde: ”Men du sa ju aldrig ’Va’, sa hon.

## Funnits sedan barndomen?

I efterhand har Kerstin även börjat fundera på om hennes hörselskada har funnits ända sedan barndomen.

– I skolan var jag bra på tyska, men dålig på engelska. Och engelska lärde man sig mycket genom att lyssna, till exempel på band medan tyskan bygger mer på fasta regler.

Det var inte förrän 1998 började Kerstin fundera över sin egen hörsel. Det var på ett möte med en kollega som har hörapparat och hon märkte att kollegan bara kunde lyssna på en person åt gången. Hon drog sig då till minnes en kopia av en artikel i Auris från 1991 som fanns bland hennes arbetspapper.

– Två sjukgymnaster intervjuades om att hörselskada ofta kan leda till värk i axlar och nacke för att man hela tiden måste vara på helspänn för att höra.

I efterhand har hon förstätt att det var orsaken till hennes problem med axlar och nacke.

– Jag brukade sitta så här för att höra, säger hon, drar ihop axlarna, böjer sig ned och sträcker fram huvudet.

Artikeln i Auris fick henne att ta ny kontakt med hörselvården och nu hade det också kommit bättre hörapparater.

– De sa att jag behövde två hörapparater, men jag ville absolut bara ha en. Jag tyckte det var opraktiskt och jobbigt att ha ett ”främmande föremål” i örat.

## Saknad och besvikelse

Kerstin Karlsson känner sig som ”en levande illustration” till HRF:s broschyr ”Att leva med hörselnedsättning” som beskriver hur processen kan se ut för en person som blir hörselskadad.

– Först insåg jag inte hörselskadan, sedan förträngde jag den och försökte dölja den, vilket ledde till osäkerhet och stress. När jag väl erkände hörselskadan var det en oerhörd sorg, saknad och besvikelse. Jag hade väldigt svårt att acceptera att jag hörde dåligt och tog väldigt illa vid mig. Och nu har jag börjat söka strategier i vardagen och har fått ett ökat självförtroende.

Så sent som 2003, sökte hon hjälp hos en logoped för att hon kände att rösten var spänd och att hon blev trött i halsen.

– Men logopeden märkte att jag hade svårt att höra och hela tiden vände sidan med hörapparaten mot henne så hon sa att hon inte kunde behandla mig om jag inte först skaffade en hörapparat till.

Kerstin ställde sig i kö till hörselvården och fick en andra hörapparat.

– Det blev en helt annan hörupplevelse och ledde också till att mina problem med rösten försvann.

Kerstin började också en kurs i handikappkunskap vid högskolan i Kalmar. När hon skulle skriva sin tio-

forts.

PORTRÄTT/KERSTIN KARLSSON

FÖDD: 1949 i Kalmar.  
BOR: i villa i Kalmar.

FAMILJ: maken Tore, tre döttrar som har flyttat hemifrån.

YRKE: socionom och diakon i Heliga korsets kyrka i Kalmar.

HÖRSELSKADA: Nedsatt hörsel på båda öronen, vilket upptäcktes 1989. Har två hörapparater sedan 2003.

INTRESSEN: naturen, människor, aktiv i Individuell människohjälp (IM), litteratur, textil och hantverk.



## FAKTA

### Diakoner

- Det finns drygt 1 100 diakoner inom Svenska kyrkan.
- I dag är utbildningen 3,5 år efter gymnasiet. Den innefattar flera delar, bland annat Svenska kyrkans grundkurs, praktik och kursdagar tillsammans med blivande präster och kyrkomusiker. Dessutom behövs en utbildning inom ett "omvårdande yrke" som socionom, psykolog eller sjuksköterska.
- En diakon vigs till sin tjänst på liknande sätt som en präst. Diakoni kallas också "tro i handling" och innebär att diakonen ska finnas till hands, bry sig om och vara intresserad av människor.

poängsuppsats valde hon att skriva om attityder till hörselskadade.

– Det blev som en bearbetning av mina egna upplevelser, säger hon.

Hon påpekar att det är så lätt att hamna utanför.

– Man är kanske inte med i samtalet, eller om någon berättar en rolig historia och man inte har hört poängen. Ett skämt är inte roligt när det upprepas.

### Inte bara prova ut hörapparat

– Mina egna erfarenheter gör att jag känner så oerhört starkt att man inte "bara ska prova ut en hörapparat". Det behövs rehabilitering, information och det är viktigt att också familjemedlemmar är delaktiga. Det är därför jag gärna vill prata om det här för att jag hoppas kunna hjälpa andra.

– Den långa svåra perioden tillbaka i arbete under 1990-talet kunde ha varit annorlunda om annan kunskap funnits, men det som skett lämnar jag bakom mig.

Kerstin poängterar att hon är oerhört nöjd med det bemötande och den information hon har fått från hörselvärderna i Kalmar.

– Jag fick gå en basrehabilitering 2000 som var mycket bra och en kurs för yrkesverksamma där vi lärde oss om hjälpmedel med mera. De har också hjälpt till att informera mina arbetskamrater.

– Det största problemet tror jag är attityderna till

hörapparat, inte minst mina egna känslor och attityder, som gjorde att jag väntade så länge med att skaffa hörapparat. Normen är att det inte ska synas.

– När jag fick min andra hörapparat sa audiologen till mig "behåll nu ditt korta hår så det syns att du har hörapparat". Och det har jag gjort, jag tycker att det är viktigt att visa att jag är hörselskadad.

Kerstin talar engagerat och intensivt när hon kommer in på vikten av information, att skaffa hjälpmedel och informera.

– Det är jobbigt att man själv alltid måste kolla upp om det finns slinga, var man ska sitta med mera om man ska gå på ett möte. Sedan är det tyvärr vanligt att den som ska tala inte vill använda mikrofon, "nej, jag har så tydlig röst så det behövs inte", men glömmer bort att det kanske finns hörselskadade i publiken. Eller så frågar föreläsaren "hörs jag", men den som hör dåligt kanske inte hör frågan!

Att det ibland är svårt att komma ihåg att ta hänsyn kan hon förstå och tänker på när hon själv bjöd på lunch och bjöd på mat som en person inte tålde, trots att hon egentligen visste att personen var allergisk.

– Det är en sak att veta och förstå och en annan sak att komma ihåg att omsätta kunskapen i praktiken.

Kerstin har fått bidrag från Försäkringskassan till slinga till mobiltelefonen och ett konferenssystem som arbetsplatshjälpmedel.

– Jag minns första gången jag provade konferenshjälpmedlet. Vi satt 15 personer i ett stort rum. Känslan av att kunna höra utan att behöva ha ögonkontakt med den som talade var obeskrivbar. Jag kunde känna hur jag slappnade av i käkar och nacke!

### Bra för hörselskadade är bra för alla!

Behovet av en mobiltelefon med slinga aktualiserades efter Tsunamikatastrofen för drygt ett år sedan.

– Det var tal om att vi skulle bli en sorts sambandscentral dit folk kunde ringa och jag kände mig väldigt otrygg eftersom jag inte kan höra i en telefon utan förstärkning.

Kerstin poängterar att det som är bra för hörselskadade är bra för alla, till exempel att all information från arbetsgivaren även ges skriftligt.

– I samband med personalutvecklingssamtal har jag tagit upp det höga ljudet av smällande köksluckor, men det har jag själv åtgärdat med hjälp av möbeltassar. Det fungerar bra!

Kerstin tycker nu att hon börjar känna sig trygg med och har accepterat sin hörselskada.

– I dag njuter jag av livet, jag försöker tänka på att jag behöver rekreation och vara ute i naturen och så har jag tur som har en förstående man.

– Men jag måste hela tiden tänka på min hälsa – och mina gränser. ●