

Vardagsljuden skär som

– Det värsta är folks oförståelse. Det vet sjutton hur många gånger jag har fått höra: ”Har du inte psykiska problem”.

Det säger Fia Borg, 34, i Örebro som är överkänslig för ljud. Vanliga vardagsljud kan bli en plåga för henne och sedan drygt ett år skriver hon om ljudöverkänsligheten i sin blogg på internet.

– Ibland när mina vänner inte förstår mig brukar jag säga: ”Gå in och läs på min blogg”.

TEXT: STEFAN ANDERSSON

FIA BORG HAR VARIT LJUDÖVERKÄNSLIG så länge hon kan minnas. Hon kommer ihåg att hon som liten började storgråta när hennes mamma höjde rösten.

– Brorsan som är ungefär tio år äldre kom billigt undan tack vare mig. Om hon började skälla på honom blev hon tvungen att ägna 10-15 minuter åt att trösta en stortjutande unge och sedan hann hon lugna ned sig.

HRF kom Fia i kontakt med när hon för några år sedan bestämde sig för att sluta förneka sin ljudöverkänslighet. Då upptäckte hon intresseföreningen för ljudöverkänsliga, ÖFL, inom Stockholmsdistriktet.

– Jag gick med i HRF med målsättningen att kämpa för ljudöverkänsliga inom HRF. Men jag får ibland känslan att ljudöverkänslighet inte räknas som en ”riktig hörselskada” om man inte har hörapparat eller tinnitus.

Svårt att få förståelse

Fia flyttade i början av året från Norrköping till Örebro och vill nu försöka bilda en HRF-grupp för ljudöverkänsliga i Örebro.

Hon har gjort smärttest, hörselprov och har nyligen varit hos en tinnitusterapeut, men hon tycker att det ofta är svårt att få förståelse för ljudöverkänslighet. Hon misstänker att hon kanske även har en hörselnedsättning som hittills inte har synt på hörseltesterna.

– Om jag är i ett sällskap där flera personer pratar så blir allt en enda ljudgröt.

När jag var liten brukade jag ofta söka upp tysta miljöer där jag fick vara för mig själv. Det berodde också på att jag var utsatt för mobbning på grund av mitt rörelsehinder.

Fia är född med en CP-skada och använder i dag rullstol när hon ska ta sig fram utomhus.

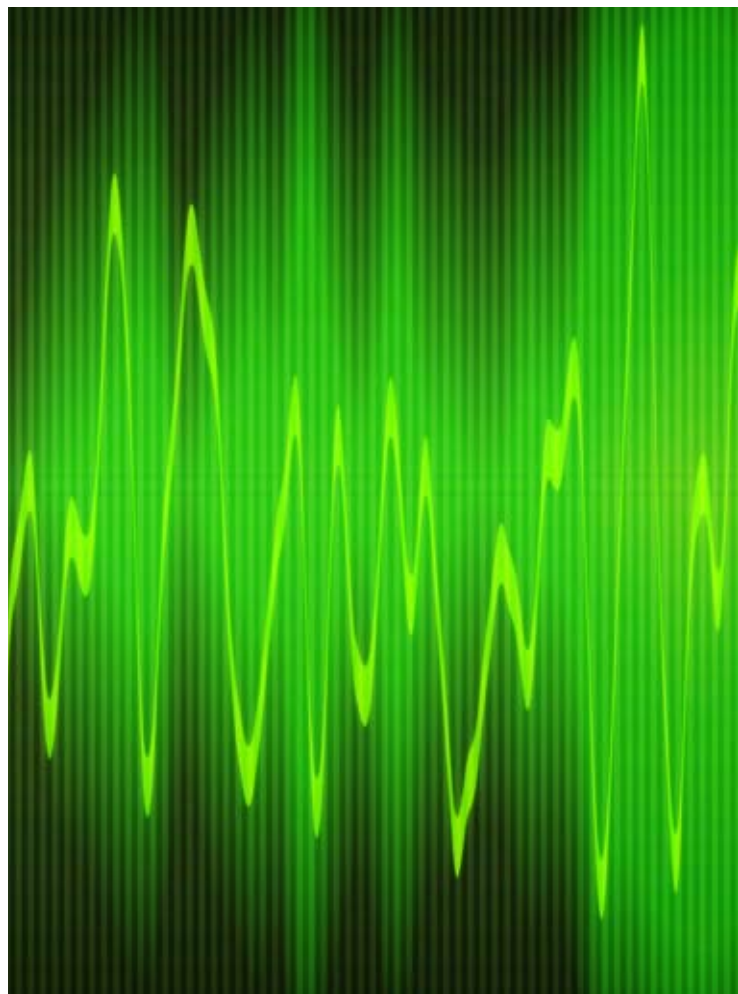
– Rullstolen skaffade jag först 2000. Innan dess tog jag mig fram så gott det gick, det vill säga jag snubblade fram.

– Precis som med ljudöverkänsligheten var rörelsehindret inget som jag ville kännas vid, säger hon.

Fia berättar att hon hittade på olika undanflykter för att undvika utsätta sig för höga ljud.

– Om en kompis frågade om jag ville följa med på konsert kunde jag skylla på att jag inte fick eller att vi inte hade råd.

– En gång skulle jag möta en kompis vid en utomhuskonsert och redan 200-300 meter därifrån började jag må dåligt av ljudet.



De ljud Fia tycker är jobbigast är vardagsljud, till exempel från porslinsskrammel och dammsugare. Hon beskriver det som att ljuden skär som knivar i hennes öron.

– Någon har sagt att mina öron är som tvättsvampar som suger åt sig ljud.

Jobbigt med ”skrikpratare”

Hon tycker även att det är jobbigt med personer som pratar högt.

– Skrikpratare kallar jag det. Ibland kan jag bli så känslig att jag inte tål min egen röst. Därför är det sällan jag höjer rösten. Om jag någon gång höjer rösten så är det allvar...

Vad skulle hända om en ambulans körde förbi här utanför?

– Herregud, då skulle jag nästan vara färdig att emigrera, utbrister hon.

Men hon försöker att inte stänga av alla ljud och inte använda hörselskydd för mycket.

– Jag har lärt mig att det sämsta man kan göra när man är ljudtrött är att stänga av alla ljud. Då är det bättre att sätta på musik eller tv:n lågt i bakgrunden.

Hon använder ”brusisar”, brusapparater som ser ut som hörapparater och ska hjälpa henne att vänja sig vid ljud och har formgjutna öronproppar med dämpningsfilter som hon använder när hon går ut.

knivar i öronen



FOTO: CLEARSTOCK/MOSTPHOTOS.COM

Fia har kommit fram till att hon även har nytta av hjälpmedel som är avsedda för döva och hörselskadade.

– Jag har hittat en väckarklocka som väcker med blinkande ljus. Till telefonen har jag försökt leta upp en ”snäll signal”. Men jag gillar inte att prata i telefon och använder helst sms och MSN.

Eftersom hon umgås mycket med hörselskadade som tecknar har hon upptäckt att hon har nytta av teckenspråk och tecken som stöd, TSS.

– Jag vill försöka lära mig mer teckenspråk. Jag har märkt att jag kan koppla bort ljudöverkänsligheten lite då.

Försöker säga till om höga ljudnivåer

Hon försöker påverka genom att säga till när det är hög ljudnivå i någon affär eller på något kafé.

– Ibland får jag positivt gensvar, men det händer ofta att jag blir idiotförklarad.

Fia Borg är intresserad av ridning och har tävlat i hoppning, vilket märks i hennes lägenhet eftersom det finns många tavlor med hästmotiv och även en plakett från en hopptävling.

– På tävlingar är ljudmiljön väldigt jobbig. Ljudet när folk applåderar är outhärdligt och jag är alltid rädd att jag ska missa startsignalen bland alla ljud, säger hon.



FOTO: STEFAN ANDERSSON

– Samtidigt tycker jag om att söka utmaningar för att ljudöverkänsligheten inte ska ta makten. Till exempel åkte jag med på en Ålandskryssning förra året, men då använde jag högsta dämpningen på hörselskydden.

Fia har sjukersättning på grund av sitt rörelsehinder och sin ljudöverkänslighet.

– Jag är inte sådan som person att jag isolerar mig helt. Jag vill ut och göra saker även om det känns förjävligt efteråt. Den senaste tiden har det mest handlat om flykten, att lära mig hitta i en ny stad. Nu skulle jag vilja försöka hitta något meningsfullt att göra.

– Kanske kan jag börja informera om ljudöverkänslighet. ●

Fotnot: Fias blogg finns på internetadressen: <http://f-powergirl.spaces.live.com>

Trött

Är trött!

Inte säker på att du förstår.

Jag är ljudtrött.

Trött av ljud.

Vill bara ha tyst omkring mig.

Vill bara få ha ljudvila.

Låt mig få det lugnt en stund.

Jag tål inte mycket ljud.

Blir lätt ljudtrött.

Ljud för mig är tröttande.

För mig är vardagsljud starka.

Jag är ljudöverkänslig.

FIA BORG