

Goda råd

till dig som ska skaffa hörapparat



HÖRELLINJEN

Hej!

Är det dags att skaffa
hörapparat? Kanske bara en apparat
eller kanske för båda öronen? Oavsett om
du är nybörjare eller har hörapparat sedan tidigare
kan det vara bra med några goda råd på vägen.
Därför har vi tagit fram det här lilla häftet, som ett
slags "kom-ihåg-lista" inför och under utprovningen.
En av de viktigaste grundreglerna är: *Väga fråga audionomen!*
Och kom ihåg att oavsett vad du undrar över
när det gäller hörsel och hörselskador kan du alltid
vända dig till Hörsellinjen. Ingen fråga är för
liten, ingen är för stor. Information om
hur du kan nå oss hittar du på
sista sidan.

Innan utprovningen

När du har fått en tid för utprovning av hörapparat är det viktigt att du förbereder dig genom att tänka igenom dina förväntningar och behov.

- I vilka situationer behöver du höra bättre?
- Vilka ljud, signaler och röster har du svårt att höra?
- Tänk på att små hörapparater har små reglage som kräver viss fingerfärdighet. Skulle du trivas bättre med en mer lättskött modell?
- Om du inte har haft hörapparat tidigare – ta reda på mer om hörselnedsättning och hörapparater. På webben hittar du en hel del information, bland annat på www.hrf.se.
- Ta reda på vilka typer av hörselhjälpmedel det finns, utöver hörapparaten. Vad skulle underlätta din vardag, tror du?



SKRIV NED dina frågor och funderingar och ta dem med till besöket hos audionomen.
TA MED en anhörig som stöd.

Vilken hörapparat behöver du?

- Be audionomen visa olika typer av hörapparater, både sådana som sitter bakom örat och sådana som sitter i örat.
- Be om en hörapparat med telespole, så får du möjlighet att lyssna via teleslinga och höra bättre i telefon/mobil, på teater, föreläsningar, möten med mera, samt vid tv:n/radion.
- Be audionomen förklara varför han/hon föreslår en viss hörapparat. Var noga med att du får en genomgång av apparatens olika funktioner och vad de är bra för. Be gärna att få informationen skriftligt också.
- För en del hörapparater behövs en insats ("propp") i örat – "öppna" eller formgjutna. Be audionomen visa olika typer och förklara varför du bör ha den ena eller andra sorten.
- Hör du dåligt på båda öronen? Då behöver du vanligtvis två hörapparater. Om du inte får det, fråga audionomen varför.



VÅGA FRÅGA! Var aktiv under hela utprovnigen. Ställ frågor om allt du undrar över och säg till om du inte hänger med i vad audionomen säger.

Lyssna noga på hur du hör!

- Du måste prova hörapparaten i vardagsmiljö för att avgöra hur du egentligen hör med den. Testa den därför på jobbet, på restaurang, på möten... I alla slags miljöer och situationer.
- Prova att lyssna på teleslinga. Är hörapparaten T-läge tillräckligt starkt?
- Låter det inte bra? Prata med audionomen, men säg inte bara "Ljudet är dåligt". Var specifik: Är ljusa röster svåra att höra? Hörs mörka röster för starkt? Ge en tydlig "recension"! Audionomen kan justera ljudinställningarna så att de passar dig. Men kom ihåg: Ingen hörapparat kan återge normal hörsel.
- Om du inte är nöjd, be att få prova andra hörapparater innan du bestämmer dig.
- Det kan ibland behövas flera återbesök innan det känns bra. Var inte rädd för att be om en ny tid.



HA TÅLAMOD. Det kan ta flera veckor, ofta månader innan hjärnan lär sig tolka alla nya ljud. Var beredd på att det kan ta tid innan du trivs med din hörapparat.

Hörapparatens funktioner

Här är de vanligaste funktionerna i en hörapparat. Men att be om allt är sällan vare sig möjligt eller meningsfullt.

- ▶ telespole (T-läge)
- ▶ möjlighet att kombinera M-, T- & FM-läge
- ▶ elingång
- ▶ fjärrkontroll
- ▶ antal lyssningsprogram
- ▶ automatisk eller manuell kontroll av volym och lyssningsprogram
- ▶ riktmikrofoner
- ▶ musikprogram
- ▶ möjlighet att dämpa impulsjud, vindbrus och eko
- ▶ möjlighet att minska rundgång

Kostnader och avtal

- Olika landsting har olika hörselvårdsavgifter. I en del landsting kan du få betala för hörapparaterna. Ta reda på vilka avgifter och kostnader som gäller där du bor.
- Fråga audionomen vart du ska vända dig om hörapparaten går sönder.
- Ta reda på hur lång garanti hörapparaten har och vad garantin omfattar.
- Innan du skriver på en rekvisition eller ett avtal om hörapparaten/hörapparaterna, se till att du förstår vad du godkänner och vad det innebär. Skriv inte på något innan du är nöjd med hörapparaten.
- Se till att du har en försäkring som täcker förlust av eller skada på hörapparaten.



VILKEN FÄRG vill du ha på hörapparaten? Ofta kan du välja mellan olika färger/utsmyckningar. Tänk på att du ska trivas med att ha den på dig varje dag.



Frågor om hörsel?

Vänd dig till Hörsellinjen, en informationstjänst som som drivs av Hörselskadades Riksförbund (HRF).

Du kan ringa 0771-888 000 alla vardagar kl 9–15
eller ställ dina frågor på webben:

www.horsellinjen.se



Läs mer om Hörselskadades Riksförbund (HRF) på www.hrf.se