

# DAGS FÖR ETT HÖRSELTEST?

En undersökning om förekomsten av hörseltest  
från Hörselskadades Riksförbund  
(HRF/Novus 2011)



## EN AV TRE ARBETSTAGARE HAR INTE TESTAT HÖRSELN PÅ ÖVER TIO ÅR. MÅNGA AV DEM SLITER MED HÖRSELPROBLEM – I DET TYSTA.

ETT ENKELT HÖRSELTEST blir ofta en avgörande vändpunkt för arbetstagare med hörselproblem. Hörseltestet är första steget mot en bättre tillvaro, och minskar risken för ohälsa och utslagning från arbetslivet.

Trots det uppger en tredjedel av landets arbetstagare att de inte har testat hörseln på över tio år, eller aldrig. Många av dem sliter med hörselproblem – i det tysta.

Särskilt utsatta är kvinnor. Sju av tio kvinnor uppger att de aldrig har hörselkontroller på sina jobb. Det visar en Novus-undersökning som Hörselskadades Riksförbund (HRF) har låtit göra.

Ungefär 1,4 miljoner människor i Sverige har hörselproblem. Över hälften, 770 000, är i yrkesverksam ålder, mitt i den mest intensiva perioden av sitt liv.

Majoriteten av dem har inte gjort något åt sin hörselsituation – de befinner sig helt eller delvis inne i "hörselgarderober", och tvingas hela tiden anstränga sig för att inte missa vad som sägs, utan stöd av till exempel hjälpmedel. De lever under hörselstress.

HRF anser därför att alla anställda ska erbjudas regelbundna hörselkontroller. Det är en enkel åtgärd, som effektivt bidrar till arbetet för att förebygga hälsoproblem.

---

*Undersökningen om hörseltest genomfördes av Novus Opinion i september 2011, på uppdrag av Hörselskadades Riksförbund (HRF). Vi ställde frågor till 1 038 personer i hela befolkningen, varav 584 anställda. I denna sammanställning förekommer även statistik som HRF har tagit fram i samarbete med Statistiska Centralbyrån samt statistik från några av HRFs tidigare undersökningar.*

## Antal/andel hörselskadade inom olika åldersintervall 2010, 0–110 år

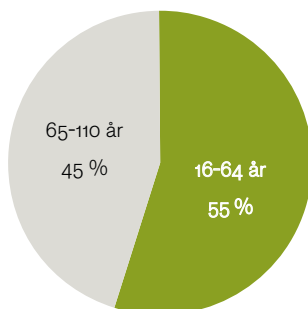
Källa: SCB/HRF

Ålder	Antal hsk	Andel hsk* (procent)
0–15*	25 000*	1,5*
16–24	76 000	6,7
25–34	85 000	7,4
35–44	140 000	11,0
45–54	187 000	15,4
55–64	281 000	23,3
65–74	264 000	27,6
75–84	232 000	40,0
85–110	152 000**	50,3**

\*Antalet/andelen i åldern 0–15 år ingår inte i SCBs statistik och är därför beräknat på en regressionskurva, utifrån SCBs befolkningsstatistik 2002–2007. Andelen hörselskadade barn är ganska konstant i förhållande till befolkningen.

\*\* Hög felmarginal i denna åldersgrupp.

### Andel i yrkesverksam ålder av alla hörselskadade



Källa: SCB/HRF 2010

## Över 1,4 miljoner har hörselproblem

I dag uppger 17,9 procent av befolkningen (16–110 år) att de har problem med att höra. Det motsvarar 1 386 000 personer (SCB 2010). Allihop har svarat ja på frågan: "Har du problem med att höra vad som sägs i samtal mellan flera personer?".

Därtill kommer barn i åldern 0–15 år\*, som beräknas vara ungefär 25 000\*.

Det här innebär att det totala antalet hörselskadade i Sverige, 0–110 år, är cirka 1,4 miljoner.

## Cirka 770 000 i yrkesverksam ålder har svårt att höra

Mer än hälften av alla hörselskadade, cirka 55 procent, är i yrkesverksam ålder, 16–64 år (SCB/HRF 2011). Det handlar om 770 000 personer.

En av tio hör dåligt redan i 35–44 års åldern, och sedan ökar andelen hörselskadade intervall för intervall. Ungefär en av fem i åldern 45–65 har svårigheter med att höra.

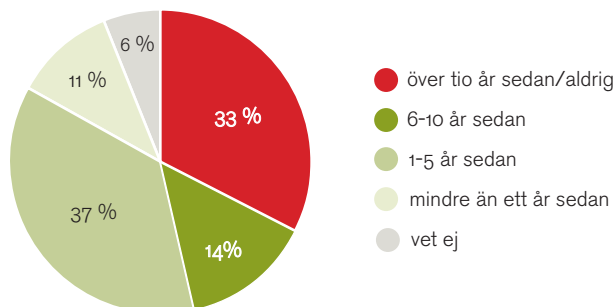
Det här innebär att en stor del av befolkningen hör dåligt under den period i livet som är som mest intensiv när det gäller arbetsliv, familjeliv med mera. Och vad värre är – majoriteten har ingen kontakt med hörselvården. De sliter med att klara sig genom vardagen, trots att de skulle kunna må och fungera mycket bättre – både hemma och på jobbet.

Redan för tio år sedan slog HRF larm om att hörselskadorna ökar bland yrkesverksamma. Vi framhöll då vikten av fler hörselkontroller och utbyggd hörselvård.

Men sedan dess har väldigt lite hänt. Hörseltest är fortfarande ingen självklarhet i arbetslivet, annat än inom tung, bullrig industri. Få frågar hur anställda hör på kommunikationsintensiva arbetsplatser, som på kontor och inom skola, förskola, vård och omsorg

## När testade du din hörsel senast?

Källa: HRF/Novus 2011 (endast anställda)



### En av tre arbetstagare har inte testat hörseln på över tio år

En tredjedel av landets arbetstagare har inte testat hörseln på över tio år – eller aldrig. Det visar en ny undersökning (HRF/Novus 2011).

Det är en anmärkningsvärt hög siffra. I yngre åldrar rekommenderas hörseltest minst vart femte år, bland 45–59-åringar minst vart tredje år och från 60 år och uppåt bör hörseln kontrolleras vartannat år (*se rekommendationer här intill*).

Men verkligheten ser alltså helt annorlunda ut. Endast 48 procent av de anställda har testat hörseln under de senaste fem åren.

Skillnaden mellan offentlig och privat sektor är mycket stor. Bara 24 procent av arbetstagarna inom offentlig sektor har testat hörseln under de senaste fem åren. Motsvarande siffra för privat sektor är 60 procent.

Förklaringen till den stora skillnaden är framför allt att inom privat sektor finns mer företagshälsovård, men också mer industri med starkt buller – och när det gäller sådana arbetsmiljöer finns det regelverk som kräver regelbundna hörselkontroller (*se nästa sida*).

## Så ofta bör vi testa hörseln

HRF har tagit fram rekommendationer när det gäller hur ofta vi bör testa hörseln. I korthet gäller följande:

### Hörseltest för BARN:

nyfödda (på BB)

7–9 månader

4 år

6 år (inför skolstart)

10 år

13 år

16 år

### Hörseltest för VUXNA:

18–44 år: minst vart 5 år

45–59 år: minst vart 3 år

60– : minst vartannat år

### Du bör testa hörseln så snart som möjligt...

...om det har blivit svårare att uppfatta vad som sägs.

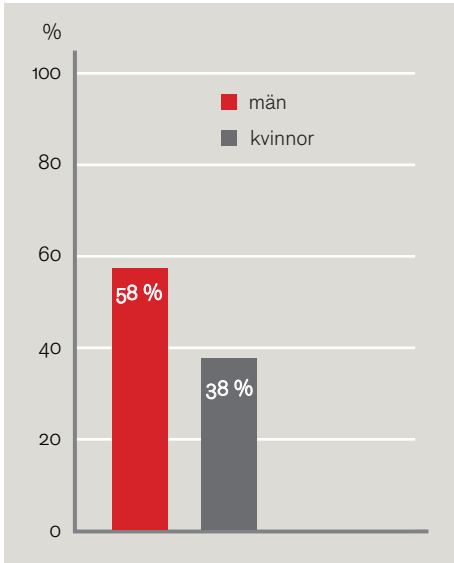
...om du har utsatts för starkt ljud.

...om du får tinnitus eller upplever att din tinnitus har blivit starkare.

**Varje år** kan vuxna med fördel göra ett enkelt tal-i-brus-test på webben eller i telefon (se [www.horseltest.se](http://www.horseltest.se)), för att hålla koll på sin hörselhälsa.

## Har testat hörseln under senaste fem åren

Källa: HRF/Novus 2011 (endast anställda)



---

**60 PROCENT AV alla äldre, från 60 år och uppåt, har INTE testat hörseln under de senaste fem åren. Det är en uppseendeväckande hög siffra. Personer över 60 år rekommenderas att testa hörseln vartannat år, eftersom nedsatt hörsel blir allt vanligare med stigande ålder. Precis som bland yrkesverksamma uppger en av tre över 60 att de inte har kollat hörseln på över tio år.**

Källa: HRF/Novus 2011

---

## Kvinnor i arbetslivet testar hörseln mer sällan än män

Sex av tio män (58 procent) uppger att de har testat hörseln under de senaste fem åren. Bland kvinnor är motsvarande siffra bara 38 procent.

Visserligen är andelen hörselskadade lite högre bland män än bland kvinnor, men det räcker inte för att motivera skillnaden. Kvinnor är klart underrepresenterade när det gäller hörseltest, visar HRF:s undersökning.

Särskilt påfallande är att hela 39 procent av de kvinnliga arbetstagarna uppger att de inte har testat hörseln på över tio år eller aldrig. Lägger vi till de 9 procent som inte vet (inte minns?) när de testade hörseln senast så handlar det om varannan kvinna i arbetslivet – en chockerande hög andel.

I dag finns det regelverk om regelbundna hörselkontroller vid höga bullernivåer (*se nästa sida*). Men många, inte minst kvinnor, jobbar på arbetsplatser där bullret kanske inte är direkt hörselskadligt, men där ljudmiljön är påfrestande och skadlig på sikt.

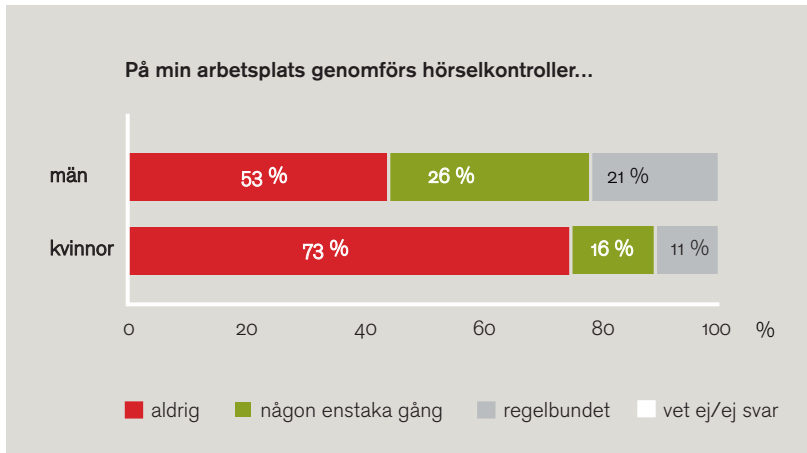
Allt fler jobbar i öppna kontor, barngrupperna har blivit större i förskola/skola och i såväl affärer som restauranger/caféer är det vanligt med musik. Vi omges alltså av mer samtalsstörande ljud, samtidigt som dålig akustik är ett utbrett problem.

I många lokaler studsar ljudet mellan väggarna, och förvandlar steg, röster och vanliga verksamhetsljud till ett påfrestande oväsen. I sådana miljöer får även personer med lätt hörselnedsättning svårt att höra och samtala.

Genom att införa obligatoriska, regelbundna hörselkontroller i alla delar av arbetslivet, oavsett bullernivå, skapas förutsättningar för att åtgärda dessa problem, och se till att anställda får en fungerande och hälsosam hörmiljö på jobbet.

## Andel arbetstagare som genomgår hörselkontroller på sin arbetsplats

Källa: HRF/Novus 2011 (endast anställda)



### Regelbundna hörselkontroller på jobbet är dubbelt så vanligt bland män

Regelbundna hörselkontroller är dubbelt så vanligt bland män som bland kvinnor. Bara 11 procent av kvinnorna uppger att de får kontrollera hörseln regelbundet på sin arbetsplats. Bland män är motsvarande siffra 21 procent.

Sju av tio kvinnor (73 procent) får aldrig testa hörseln på jobbet. Motsvarande siffra bland män är 53 procent. Det är alltså alldeles för få regelbundna hörselkontroller bland både män och kvinnor, men särskilt drabbas kvinnorna.

Orsaken till skillnaderna är framför allt att det finns en föreskrift som kräver en rad åtgärder, bland annat regelbundna hörselkontroller, om bullret på en arbetsplats uppgår till i genomsnitt 85 decibel (AFS 2005:16). Och eftersom bullrig industri ofta är mansdominerad blir följderna att fler män än kvinnor får testa hörseln på jobbet.

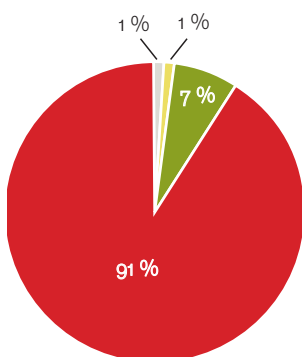
Men även personal inom kvinnodominerade branscher, som skola, barnomsorg, vård, kontor med mera kan bli utsatta för påfrestande och till och med skadliga ljudnivåer – i förskolor har man mätt ljudnivåer som motsvarar verkstadsindustrin.

Det finns emellertid inte några fungerade rutiner för ljudmätningar inom sådan verksamhet. Inom industrin handlar det ofta om maskinbuller, som det är ganska enkelt att mäta. Inom skola/förskola handlar det mest om sådant ljud som människor alstrar (röster, slammer med mera) i lokaler med dålig akustik. Då är det mer oklart hur, när och var man ska mäta bullret.

Följden blir att bullerproblem inte alltid identifieras, vilket i sin tur gör att arbetsgivare inte anser sig nödsakade att testa hörseln på anställda.

## “I mitt jobb är det viktigt att kunna höra och samtala obehindrat”

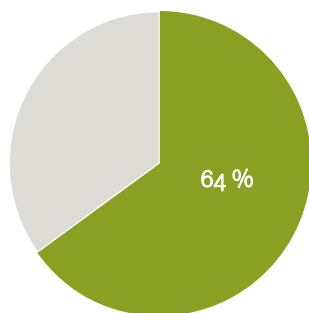
Källa: HRF/Novus 2011 (endast anställda)



- instämmer helt/i hög grad
- instämmer i låg grad
- instämmer inte alls
- vet ej

## Andel hörselskadade som inte har talat om hörselskadan på jobbet

Källa: HRF/Synovate 2008



## Sen upptäckt innebär allvarlig hälsorisk

Det är viktigt att upptäcka en hörselnedsättning så tidigt som möjligt. Att under lång tid slita med att inte höra kan nämligen få allvarliga konsekvenser, till exempel stress- och utmattningssymptom, kronisk värk, svår tinnitus och andra hälsoproblem. Detta kan i förlängningen leda till utslagning från arbetslivet.

Hörselskadade har under många år varit överrepresenterade när det gäller förtidspension. Andelen med förtidspension har varit ungefär dubbelt så stor bland hörselskadade som i hela befolkningen.

Ändå är nedsatt hörsel i sig nästan aldrig den direkta, angivna orsaken till förtidspension. Att så många hörselskadade “går i väggen” beror oftast på att de år efter år har försökt klara sig i en miljö som ställer stora krav på fungerande kommunikation (*se cirkeldiagram*) – utan hjälpmedel, utan rehabilitering och i bristfällig ljudmiljö.

För den enskilde är detta en tragedi. För samhället är det ett dyrt och väldigt onödigt misslyckande.

Regelbundna hörseltest är en enkel åtgärd som effektivt bidrar till arbetet för att förebygga hälsoproblem bland anställda med hörselnedsättning. Att få kännedom om sin hörselskada är första steget mot en bättre tillvaro och ett längre arbetsliv.

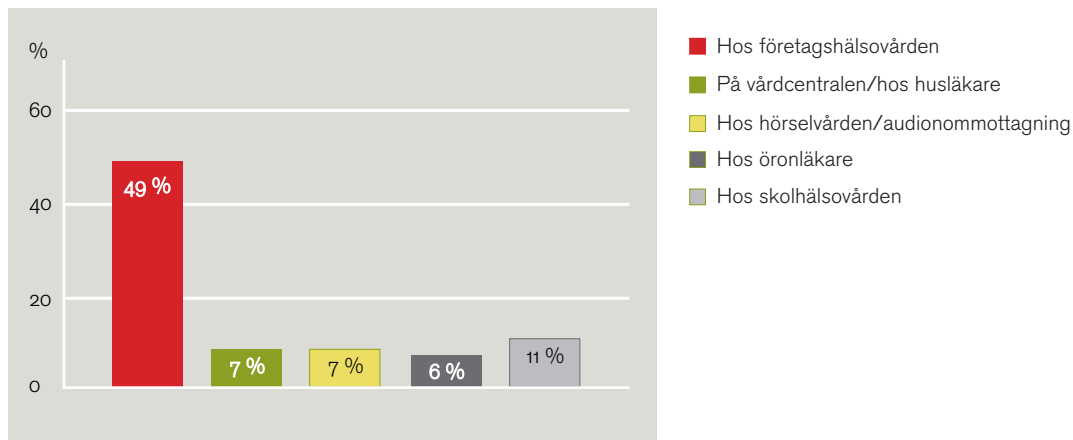
## Många döljer sin hörselskada på jobbet

Hörselskador är fortfarande förenade med ett visst stigma. Ungefär två av tre hörselskadade har inte talat med sin arbetsgivare och sina arbetskamrater om sin hörselnedsättning, visar en tidigare HRF-undersökning (HRF/Synovate 2008).

Dessa siffror vittnar om ett stort och allvarligt problem. Att kunna tala öppet om sin hörselnedsättning

## Var testade du hörseln senast?

Källa: SCB/HRF 2011 (endast anställda)



och sina behov på jobbet är en förutsättning för en fungerande arbetsituation, med hjälpmedel, bra ljudmiljö med mera. Det handlar också om att kunna vara sig själv i sitt dagliga liv.

Ändå är det många som håller masken när de inte hör, för att sedan försöka ta reda på vad de missat genom kontrollfrågor, skriftlig information och andra strategier. Allt detta extrajobb och all denna oro för vad andra ska tycka visar vilken makt stigmatiseringen har.

Regelbundna hörseltest för alla anställda skulle bidra till en ökad öppenhet om hörselfrågor, och uppmuntra anställda med hörselproblem att ta tag i sin situation.

Inte minst skulle företagshälsovården börja prioritera hörselfrågorna högre. I dag är det inte ovanligt att företagshälsovården bagatelliserar hörselproblem och mer eller mindre uppmuntrar arbetstagare att försöka klara sig "ett tag till", trots att deras tillvaro och hälsa skulle bli avsevärt bättre om de fick den hörselvård de så väl behöver.

---

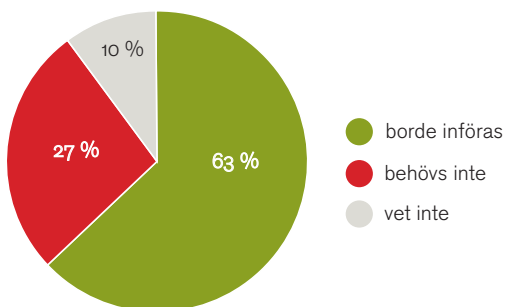
**SJU AV TIO LÄRARE och förskollärare får aldrig testa hörseln på jobbet. Bara 7 procent har regelbundna hörselkontroller på jobbet. Det här får konsekvenser. En av tre hörselskadade, kvinnliga lärare med förtidspension uppger att deras hörselnedsättning har bidragit till att de har fått förtidspension.**

Källa: HRF/Novus 2009 och HRF/Temo 2006

---

### Tycker du att det ska införas krav på alla arbetsgivare att erbjuda anställda regelbundna hörselkontroller?

Källa: HRF/Novus 2011 (endast anställda)



### Två av tre anställda vill införa krav på regelbundna hörselkontroller på alla arbetsplatser

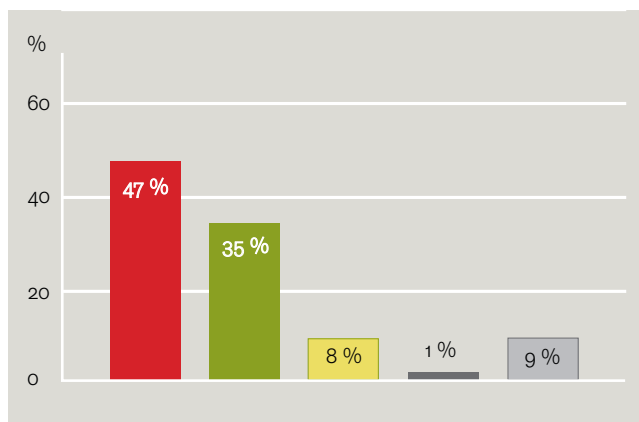
Två av tre anställda (63 procent) tycker att det borde införas obligatoriska hörselkontroller på alla arbetsplatser (HRF/Novus 2011).

I dag är det bara 16 procent av de anställda som har regelbundna hörselkontroller på jobbet. Bland kvinnor är skillnaden mellan verklighet och önskemål särskilt stor; 64 procent vill ha regelbundna hörselkontroller, men bara 11 procent erbjuds sådana hörseltest i dag.

Företagshälsovård är emellertid ingen självklarhet i dag. Och för de anställda som har tillgång till företagshälsovård är det inte heller självklart att hörseltest ingår i hälsokontrollerna. Ändå visar HRF:s undersökning klart och tydligt att företagshälsovården och deras hälsokontroller står för en stor del av de hörseltest som ändå genomförs (se diagram nedan).

### Varför testade du hörseln senaste gången?

Källa: SCB/HRF 2011



- Testet var en del av en hälsokontroll i samband med jobbet
- Testet var en del av en annan hälsokontroll
- Jag misstänkte att min hörsel blivit sämre
- Anhöriga/vänner uppmanade mig att kontrollera hörseln
- Annat