

Уважаемые люди старшего возраста.

Вам предоставляется информация, которая поможет вам понять некоторые моменты, связанные со слухом.

**Слух — способность воспринимать звук с помощью органа слуха.**

**Слух очень важен в жизни человека.**

Значение слуха для человека:

1. Предостережение об опасности
2. Прием информации и овладение знаниями, способ познания мира.
3. Социальная коммуникация, общение
4. Эмоциональный фактор, слух - самый интеллектуальный и эмоциональный орган чувств.



#### Расстройства слуха -

являются одной из самых распространенных возрастных проблем.

Часто этому не уделяется должного внимания, считая, что это — обычные возрастные изменения. Но начальные проявления прогрессируют и становятся уже значимой проблемой как для самого человека, так и для окружения. Нарушение слуха не заканчивается только этой «сложностью», а включается в каскад других проблем, и в целом, приводят к значительному ухудшению качества жизни человека, а порой и укорочению жизни.

Последствие нарушения слуха

1. Чувство социальной изоляции, одиночества
2. Ограничение активной деятельности
3. Появление депрессии
4. Нарушение функционального статуса (особенно у пожилых)
5. Появление зависимости от окружающих.

#### Возрастные изменения слуха -

естественное двустороннее снижение восприятия и понимания речи.

Снижается разборчивость речи.

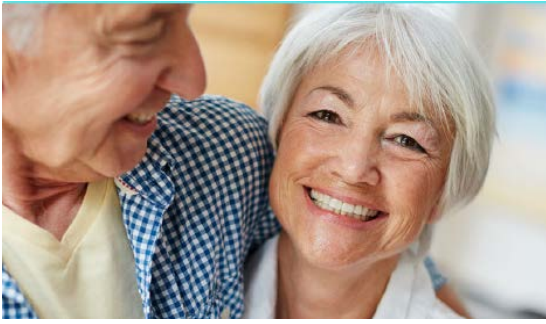
Речь сливается с окружающими шумами.

Посторонние шумы сопровождают речь.

#### Причины снижения слуха

1. Акустическая нагрузка в течение жизни (профвредность, бытовой шум)
2. Возрастные изменения
3. Наследственность
4. Заболевания уха и некоторые хронические заболевания внутренних органов
5. Некоторые медикаменты, влияющие на слух

Бывают разные **типы нарушений слуха** (устанавливает врач), некоторые из них можно лечить медикаментами или хирургическим путем (в зависимости от причины), а некоторые - не лечатся. Помогает только слухопротезирование, причем, чем раньше проводится коррекция слуха, тем успешнее проводится адаптация к слуховому аппарату.



Бывают разнообразные виды и модификации слуховых аппаратов (заушные, внутриушные). Большая проблема в начале использования слухового аппарата — сложность привыкания к нему, т.к. слышимые человеком звуки - люди воспринимают как «шум от аппарата», в то время, как это звуки мира, от которого человек отвык за время нахождения в «слуховой изоляции». В начале использования слухового аппарата к нему должна пройти адаптация. Для этого требуется время.

Аппараты не могут дать немедленного улучшения слуха. Начинать использовать по 20-30 минут, постепенно увеличивать. Через 2 недели от начала использования нужно надевать аппарат при пробуждении и снимать перед сном. Пока слуховой аппарат не станет частью привычного образа жизни - благодаря его систематического использования, головной мозг адаптируется к новому образу жизни.

Таким образом, уважаемые люди старшего возраста, не считайте снижение слуха — «нормальным критерием старости», не стесняйтесь этого, устраняйте факторы риска нарушения слуха, вовремя обращайтесь за медицинской помощью, пользуйтесь слуховым аппаратом, кому это показано, живите полноценной жизнью.

Информация для тех, кто контактирует со слабослышащими людьми

**Слух — способность воспринимать звук с помощью органа слуха.**

**Слух очень важен в жизни человека.**

**Значение слуха для человека:** предостережение об опасности, прием информации и овладение знаниями, способ познания мира, социальная коммуникация, общение, эмоциональный фактор (слух - самый интеллектуальный и эмоциональный орган чувств).



**Расстройства слуха** - являются одной из самых распространенных возрастных проблем. Часто этому не уделяется должного внимания, считая, что это — обычные возрастные изменения. Но начальные проявления прогрессируют и становятся уже значимой проблемой как для самого человека, так и для окружения. Нарушение слуха не заканчивается только этой «сложностью», а включается в каскад других проблем, и в целом, приводят к значительному

ухудшению качества жизни человека, а порой и укорочению жизни.

**Последствие нарушения слуха** - чувство социальной изоляции, одиночества, ограничение активной деятельности, появление депрессии, нарушение функционального статуса (особенно у пожилых), появление зависимости от окружающих.

**Возрастные изменения слуха** - естественное двустороннее снижение восприятия и понимания речи. Чаще пациенты говорят - «Я не понимаю», а не «Я не слышу». Снижается разборчивость речи. Речь сливается с окружающими шумами. Посторонние шумы сопровождают речь.

**Причины снижения слуха** - акустическая нагрузка в течение жизни (профвредность, бытовой шум), возрастные изменения, наследственность, заболевания уха и некоторые хронические заболевания внутренних органов, некоторые медикаменты, влияющие на слух

Бывают разные **типы нарушений слуха** (устанавливает врач), некоторые из них можно лечить медикаментами или хирургическим путем (в зависимости от причины), а некоторые - не

лечатся. Помогает только слухопротезирование, причем, чем раньше проводится коррекция слуха, тем успешнее проводится адаптация к слуховому аппарату.

**Бывают разнообразные виды и модификации слуховых аппаратов** (заушные, внутриушные). Большая проблема в начале использовании слухового аппарата — сложность привыкания к нему, т.к. слышимые человеком звуки - люди воспринимают как «шум от аппарата», в то время, как это звуки мира, от которого человек отвык за время нахождения в «слуховой изоляции». В начале использования слухового аппарата к нему должна пройти адаптация. Для этого требуется время. Аппараты не могут дать немедленного улучшения слуха. Начинать использовать по 20-30 минут, постепенно увеличивать. Через 2 недели от начала использования нужно надевать аппарат при пробуждении и снимать перед сном. Пока слуховой аппарат не станет частью привычного образа жизни - благодаря его систематического использования, головной мозг на адаптируется к новому образу жизни.

### **Психологический аспект контакта со слабослышащими людьми**

Слышащий человек не в состоянии представить себе абсолютную длительную ничем не прерываемую тишину, в которой живет глухой человек. Поэтому люди с хорошим слухом ошибочно и нетерпеливо воспринимают состояние слабослышащего человека.



При общении со слабослышащим человеком возможны упреки в его адрес, неправильная интерпретация - недостаток ума, невежливость, отсутствие интереса к общению. Другой вариант — при повышении голоса в разговоре со слабослышащим человеком, последний воспринимает это как обиду или испытывает дискомфорт от громкого звука или стесняется своего состояния и уменьшает контакты с окружающими. Это оказывает

влияние на его настроение и умственную деятельность. Необходимость использования слухового аппарата тоже воспринимается слабослышащим неадекватно — стесняются носить (признак их уязвимости или беспомощности).

Поэтому, проявите такт и терпение при общении со слабослышащими людьми и воспользуйтесь нашими советами.

### **Советы по общению с пациентами со сниженным слухом.**



1. В начале любого разговора со слабослышащим собеседником надо привлечь его внимание, назвав по имени, прикоснувшись рукой, начать говорить, поняв, что на вас смотрят.
2. Говорить надо медленнее и отчетливее.
3. Говорить надо громче, но не кричать.
4. Фразы должны быть простыми, при не понимании одной фразы — перефразировать, упростив формулировку.

5. При разговоре со слабослышащим, не отворачивать лицо, не закрывать рот руками, не принимать пищу.

6. Постараться утратить посторонние источники шума.

*Данная информация поможет всем — вовремя заметить проблему как у близких людей, так и себя и предпринять необходимые меры для продления качественной во всех отношениях жизни.*

