

Transkribering av inslag i "Vaken med P3 & P4", 2018-10-17:

Därför behövs en Hörselvecka

Reporter:

– Denna vecka är det Hörselveckan, en vecka där vi uppmanas att gå och testa vår hörsel. Och varför då kan man ju undra, jo, det visar sig faktiskt att det kan vara farligt för hälsan att gå omkring med nedsatt hörsel och inte göra någonting åt det. Nu har vi med oss förbundsordförande Mattias Lundekvam. God morgon och välkommen till vaken!

Mattias:

– Jamen hej hej.

Reporter:

– Varför behövs en hörselvecka?

Mattias:

– Alltså, i Sverige så finns 1,5 miljoner människor med hörselnedsättning och min upplevelse är att vi pratar alldeles för lite om hörsel och alla dessa människor. Så egentligen är den här veckans syfte att öka medvetenheten om hörselskador och det är framförallt det vi vill göra, att uppmuntra människor att prata mer om sin hörsel och göra någonting åt sin hörselsituation.

Reporter:

– Vilken hörselskada har du själv?

Mattias:

– Jag har själva en barndomshörselnedsättning, jag är född med min hörselskada och det upptäcktes när jag var ett år gammal.

Reporter:

– Vilka är dina bästa hjälpmedel som du har?

Mattias:

– Det grundläggande hjälpmedlet som jag har det är ju hörapparaterna som är mitt grundläggande

hjälpmedel. Men sen så använder jag också en hel del hörhjälpmedel som hjälper mig att höra i olika situationer.

Reporter:

– Det pratas ju också om att vara hörselsmart, vad betyder det?

Mattias:

– Vi pratar om hörselsmart, det handlar framför allt om att man ska ha strategier i vardagen som underlätta sitt hörande. Det kan vara till exempel att man gör så enkelt att man sätter sig på rätt plats så man hör den som man ska prata med. Man undviker kanske platser som har dåliga ljudmiljöer och väljer platser som har bra ljudmiljöer. Det kan också vara så att man väljer textning på tv eller går på biografen där man vet att det är textning för att underlätta att höra.

Reporter:

– Min far var döv på ena örat och sedan fick han nedsatt hörsel på det andra. Men han presenterade sig alltid med sitt namn och sen att "jag hör endast på mitt vänstra öra, kan du prata till det?".

Mattias:

– Jag tycker verkligen det där exempel som din pappa har är verkligen en hörselsmart strategi. Han är tydlig och trygg med sin hörsel och talar om för omgivningen hur han hör och det underlättar för alla parter.

Reporter:

– Men ibland kan det där ju kännas lite "skämmigt".

Mattias:

– Absolut, jag tror att det finns en allmän syn i samhället idag, något slags stigmatisering kopplat till hörselnedsättningar och jag har lite svårt att förstå det. Jag tror att vi behöver bryta den där trenden – förändra attityderna och prata mer om hörselnedsättning, för idag finns det så gott om bra lösningar som underlättar hörandet. Det är värre att inte ta tag i sin situation och gå runt och inte höra än att ta tag i situationen och hitta bra lösningar.

Reporter:

– Vad ska vi som har fullgod hörsel tänka på för att underlätta för andra med sämre hörsel?

Mattias:

– Jag tänker att det man framför allt inte ska göra är att man pratar bakom ryggen på folk eller står och skriker till någon utan att man ska prata precis som vanligt och ser till att man pratar till den som har en hörselnedsättning. Ser till att man pratar mot, att man helt enkelt ser ansiktet på den som pratar, för det underlättar om man ser ansiktet.

Reporter:

– Hörselskadades Riksförbund vill ju att man ska testa sin hörsel den här veckan, är det viktigt?

Mattias:

– Det är jätteviktigt, det är allt för många som väntar för länge med att söka hörselvård. Vi har studier som visar på att det tar upp till tio år från att man får de första symptomen för en hörselnedsättning till dess att man söker vård. Alltså att göra hörseltester regelbundet det är liksom livsviktigt.

Reporter:

– I veckan kan man ju testa sin hörsel lite varstans i landet eller hur?

Mattias:

– Absolut, det enklaste sättet som man kan göra ett hörseltest på är att ladda ner vår app som heter Hörseltestaren. Sen så kan man gå in på en hemsida på nätet som heter hörseltestaren.se där man kan få göra ett enkelt hörseltest där man får en indikation till om man har en hörselnedsättning eller inte. Och har man då en hörselnedsättning så kan man vända sig till den riktiga hörselvården och få kvalificerad hjälp.

Reporter:

– Är vi duktiga på att upptäcka vår försämrade hörsel?

Mattias:

– Jag tror att vi generellt är ganska duktiga på att misstänka att vi har en hörselnedsättning, men vi är ganska duktiga på att förneka det och att vi bagatelliserar hörselnedsättningar det gör att många inte tar tag i sin hörselsituation i tid.

Reporter:

– Varför kan det vara hälsofarligt att inte ta tag i det i tid?

Mattias:

– Alltså all forskning visar väldigt tydligt på det här med hörselnedsättningar och om man inte har de hörapparater eller hjälpmedel man behöver, det gör att man inte hör och då drar man sig undan och det finns en större risk för att man isolerar sig mer i onödan.

Reporter:

– Så att man börjar undvika vissa situationer till exempel menar du?

Mattias:

– Precis, man undviker vissa situationer och man kanske undviker de här familjesammankomsterna eller sociala träffar som man valde att gå på förut för man vet att kanske inte kommer höra eller att man vill inte känna sig pinsam på så sätt att man hela tiden säger "va, va, va?" Och du undviker man det och det är aldrig bra att undvika olika social sammanhang.

– Det finns en attityd kopplad till det här med hörselnedsättningar och att det finns en stark stigmatisering kopplad till det här med hörselnedsättningar. Man associerar det här till att man blir äldre och vad heter det. Men det är inte så dramatiskt att tappa hörseln, vi är väldigt många. Vi är 1,5 miljoner som har en hörselnedsättning i Sverige, så därför borde det inte vara den här starka stigmatiseringen.

– Och vi hoppas att vi med det här med hörseltester, och att vi fortsätter tänka hörselsmart, att vi kan bryta de här attityderna.

Reporter:

– Det är alltså Hörselveckan denna vecka och Hörselskadades Riksförbund uppmanar oss alla att gå och testa vår hörsel. Bättre för tidigt än för sent.

Mattias:

– Absolut.

Reporter:

– Tack för att du var vaken med P4, förbundsordförande Mattias Lundekvam

Mattias:

– Tack så mycket

./.