

P4 Extra med Titti Schultz

– en direktsändning i Sveriges Radio P4 från Radiohuset i Stockholm

00:30 minuter in i sändningen:

Titti Schultz, programledare:

En och en halv miljoner svenskar lever med hörselnedsättning. Sambandet mellan hörsel och demens är starkt. Och du vet väl att du har rätt till en hörapparat och andra hörselhjälpmiddel. Allt det här får vi lära oss mer om i de kommande 45 minuterna som vi har tillsammans.

.....

00:53 minuter in i sändningen:

Titti Schultz:

Det finns ett starkt samband mellan nedsatt hörsel och demens. En och en halv miljoner människor i Sverige vet om att de har en hörselnedsättning, men trots det så pratas det sällan om hörselnedsättningar och hur viktigt det är att skaffa hörapparat om man behöver det.

En som tycker att det här ämnet ska lyftas mer, det är Peter Gerhardsson, förbundskapten för damernas fotbollslandslag. Du är varmt välkommen till P4 Extra, Peter!

Peter Gerhardsson:

Tack så mycket. Tack.

Titti Schultz:

Du Peter, jag vill faktiskt också börja med att säga tack. För förra gången du var här så lovade du ett trevligt vykort från nästa landslagssamling. Och ett sån't kom med alla autografer på. Jag blev jätteglad. Tack!

Peter Gerhardsson:

Varsågod! Jag brukar försöka hålla det jag lovar.

Titti Schultz:

Ja, det är snyggt. Det är snyggt. Lova guld också, ofta. Vad ni än gör. Men du Peter, nu ska vi prata om hörselnedsättningar. Du själv har hörapparat. Vilken skillnad gjorde det för dig när du fick hjälp med din hörsel?

Peter Gerhardsson:

En enorm skillnad! Jag kommer aldrig glömma det. Första stegen ut när jag hade provat ut dem och läkaren hade talat om hur man skulle få dem att fungera. De första två sakerna som jag reagerade på, dels var det knastret i gruset när jag gick. Och sen var det fågelkvitter. Det var i Uppsala, när jag klev ut därifrån. Det var två ljud som bara dök upp. Inom loppet av 10-15 sekunder så hade jag hört de ljud som jag inte hade hört förut. Så det var mina första reflektioner.

Titti Schultz:

Men du tycker ju också att det faktiskt är viktigt att visa att man har hörapparat. Varför säger du så?

Peter Gerhardsson:

Det är någon slags funktionsnedsättning i det hela. Jag brukar jämföra det med glasögon ibland. Alla ska ha glasögon om man ser dåligt. Hörapparater finns det någon annan myt om. Jag fick till och med en fråga av läkaren om jag ville ha två eller en hörapparat, när jag hade nedsatt hörsel på båda öronen. Jag förstod inte det där.

Det är egentligen en väldigt stor hänsyn till närstående. De man jobbar ihop med och allting sån't där. Jag tycker det är självklart att man har.

Det finns fortfarande folk jag möter som säger lite skämmigt så där: "Jag har lite nedsatt hörsel". "Varför skaffar du inte hörapparat?" "Ja, jag får se". Vi har en väg fortfarande att vandra när det gäller den delen.

Titti Schultz:

Jag minns när min mamma fick sin hörapparat. Det var också en liten resa innan hon bestämde sig. Hon fick ju tag på någonting som var jättelitet och smidigt. Om man nu ändå känner att, för hon sade: "Jag vill inte ha något stort och klumpigt". Men det finns ju jätteschyssta grejer nu för tiden.

Peter Gerhardsson:

Ja, absolut. Jag sa det då, att det var någon som... – han spelade där, när jag var i Helsingborg – som hade glasögon, och då sa han att han inte hade nedsatt syn, utan han tyckte det var så läckert med de här glasögonen. Det kanske blir sen också att vi kommer dit att man har någon jätteflashiga märkeshörapparater som syns och så vidare, utan att man har nedsatt hörsel. Men det är ännu längre väg dit.

Titti Schultz:

Du Peter, stort tack för att du var med i P4 Extra i dag och berättade lite grann om din hörselresa helt enkelt. Och så får du hälsa damlandslaget när ni så att säga ses nästa gång.

Peter Gerhardsson:

Det ska jag göra. Toppen. Tack så mycket.

Titti Schultz:

Peter Gerhardsson där, förbundskapten för damernas fotbollslandslag.

Nu höjer jag blicken här i studio åtta. Mitt emot mig sitter Eva Blomquist som är vice förbundsordförande för Hörselskadades Riksförbund. Varmt välkommen hit, Eva!

Eva Blomquist:

Tack så mycket!

Titti Schultz:

Hur skulle du säga att hörseln påverkar vårt allmänna mående?

Eva Blomquist:

När man är hörselskadad så känns det nästan som att man sitter i en bubbla. Om du sitter runt ett middagsbord med familjen eller om du sitter på jobbet vid fikabordet eller någonting. Du ser att folk pratar. Du kanske hör vissa saker, men inte allt. Och du kommer mer och mer ifrån dem. Det kommer andra ljud in. Folk pratar i mun på varandra. Det blir som en enda gröt i huvudet, kan man säga. Och du känner dig utanför.

Och det gör på sikt att: ”Nej, det var så jobbigt sist jag var på det där stället”. Eller ”Jag vill inte gå på den där teatern, för det funkar inte”. Eller ”Jag orkar inte jobba mer för jag kan inte prata med mina jobbkompisar”.

Då kan man alltså bli riktigt sjuk. Man kan få ont i kroppen, du spänner dig, du får ryggont, nackont, du får tinnitus till exempel. Man kan bli deprimerad, utbränd och till och med bli sjukskriven av det här. Så det är ett allvarligt hälsoproblem i hela världen, kan man säga.

Titti Schultz:

Och utanförskap, att känna så, det vet vi ju är också otroligt allvarligt för den psykiska hälsan. Att det också finns ett samband mellan demens och nedsatt hörsel, kan du förklara det?

Eva Blomquist:

Ja, det är bevisat att människor som isolerar sig och inte använder sin hjärna. Jag är ingen forskare som kan det här, men när man inte vill gå med på saker. Man sitter hemma själv och inte har kontakt med yttervärlden. Och man använder inte sin hjärna så mycket. Då blir man ju dement i slutet.

Det är alltså den största enskilda faktorn för risken att få demens, så är det hörselnedsättning. Så att söka och få hjälp för det, det är så otroligt viktigt för folkhälsan.

Titti Schultz:

Det som jag nämnde här i samtalet med Peter Gerhardsson, att jag såg det här på nära håll med min mamma som var väldigt tveksam till att skaffa någon form av hörselstöd. När hon väl hade gjort det, hur saker och ting faktiskt förändrades i hennes vardag och i hennes sociala tillvaro. Hur bra är vi egentligen på att kolla vår hörsel? För det måste ju ändå vara ett viktigt första steg här på den här resan.

Eva Blomquist:

Ja, det är jättedåligt. Jag tror 30 procent har aldrig någonsin i hela sitt liv kollat hörseln. Och det är ju jätteviktigt. Och då har vi ju ett hörseltest i Hörselskadades Riksförbund, som man kan gå in på horseseltestaren.se. Tar tre minuter att göra. Väldigt, väldigt enkelt att förstå. Och kan man inte själv – en dator eller mobil behöver man, och ett par hörlurar – då kan man ju få hjälp av barn och barnbarn, som man brukar säga. Och annars gör man det själv, det är jätteenkelt.

Och får man då en indikation på att man inte hör så bra. Då ska man absolut söka vård för det här. För att få hörapparater och andra hjälpmedel... Man får ett helt annat liv.

För mig är det liksom... det första jag tänker på när jag vaknar på morgonen: På med hörapparaterna. Det första jag tänker på: Glöm inte hörapparaterna när du åker bort. Skulle det börja brinna: Var är hörapparaterna? Så viktigt är det.

Titti Schultz:

Men jag såg ju inledningsvis här att man i Sverige har rätt till någon form av hörapparat eller ett hörhjälpmedel. Är jag på rätt väg där?

Eva Blomquist:

Ja, alla människor som behöver det har rätt att få hörapparater. Och regionen har ju ... Alla regioner... Vi har ju 21 regioner i Sverige och lite olika regler, men om man väljer hörapparater från regionen så behöver det inte bli så dyrt.

Man har ju hört skräckhistorier om hur dyrt det är. Men det är det inte om man får regionens hörapparater. Och de är precis lika bra som alla andra. Det är de bästa och det är de nyaste teknikerna. Jag har i hela mitt liv, ända sedan jag var barn, bara fått hörapparater från landsting och region och det är kanonbra.

Titti Schultz:

Då tycker jag att vi säger horseseltestaren.se en gång till och så hoppas vi att många vågar testa.

Eva Blomquist:

Ja, får jag bara säga en mejladress till? Horselinjen.se – vår kunskapsbank, där man kan få veta ALLT om hörsel – det är jätteviktigt!

Titti Schultz:

Eva Blomquist, Hörselskadades Riksförbund. Stort tack för att du kom till P4 Extra idag. Som sagt, banga inte detta nu då. Kolla hur det står till med din hörsel!

./.