

Fredag den 15:e 14.00

Scenrummet på Biblioteket som har teleslinga, föredraget skrivtolkas

Föredragshållare: Harry Eriksson ordf HRF Vänersborg Trollhättan

om Hörsel, Hörselskador och HRF

- ☐ *Hörsel och Hörselskador*
- ☐ *Vad finns för åtgärder / hjälpmedel*
- ☐ *Vad gör HRF på riksnivå*
- ☐ *Vad gör HRF Vänersborg Trollhättan m.o.*



Hörselskadades förening i
Vänersborg Trollhättan med omnejd

Introduktion

Harry Eriksson ordf HRF Vänersborg Trollhättan med omnejd
Ledamot distr styrelsen och ledare Västplantorna (CI-opererade)

Min 25-åriga hörselresa:

1996 hörande

1997 hörapparat (-er)

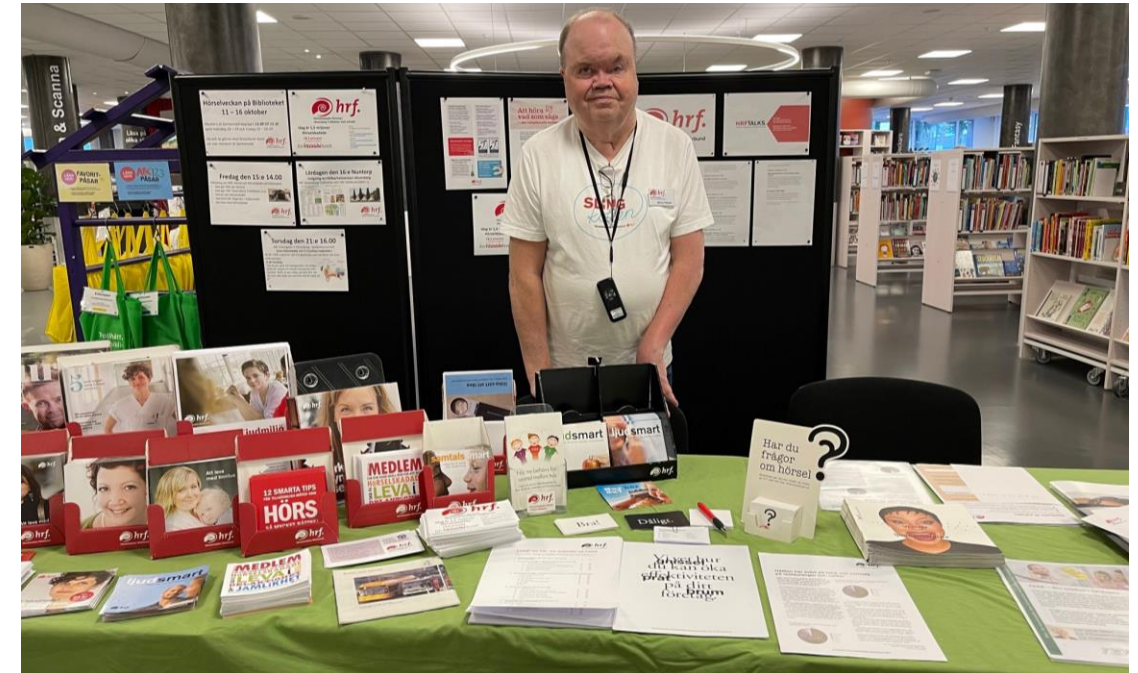
2003 hörapparat hjälper inte

2004 CI-opererad (Cochlea Implantat)

2004 – 2010 CI + hörapparat

2010 – idag CI enda hörseln (döv)

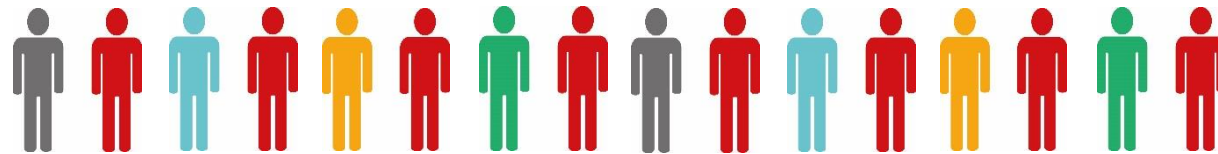
2020 – re-operation CI



Hörsel och Hörselskador

Idag är 1,5 miljoner
Hörselskadade

18,5 procent

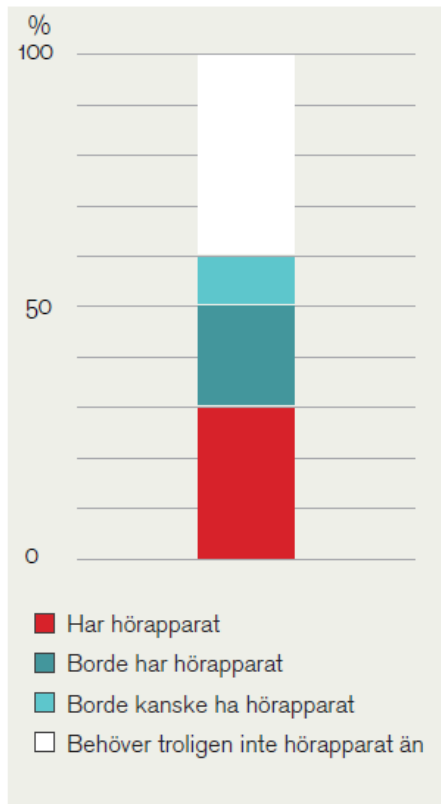


- av Sveriges vuxna befolkning

Hörsel och Hörselskador

Andel hörselskadade som har eller borde ha hörapparater

Källa: HRF 2017

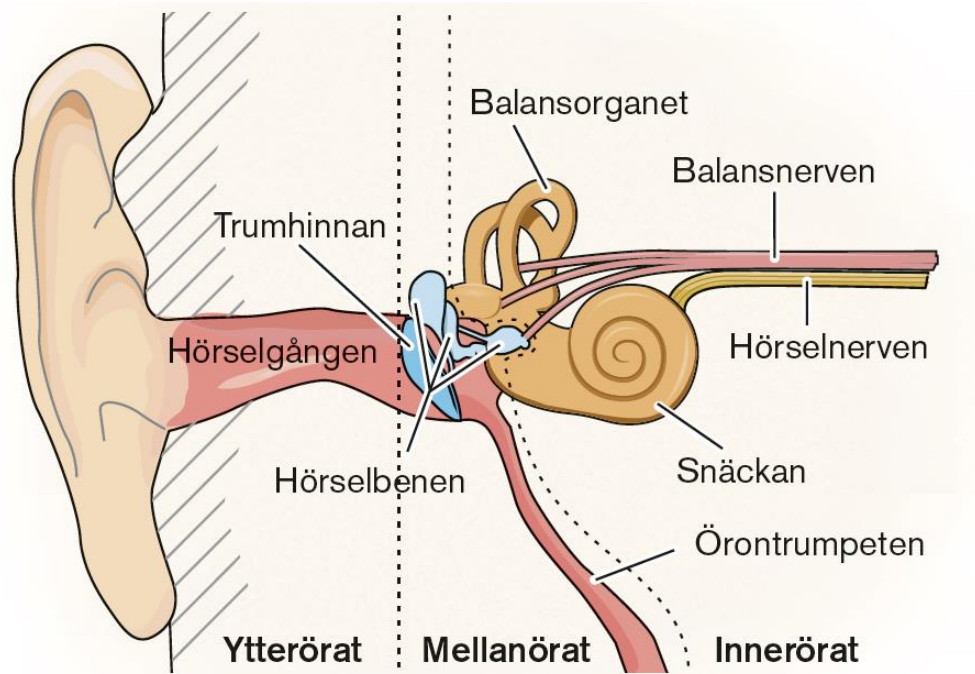


Nu har 496 000 av landets 1,5 miljoner hörselskadade hörapparater, enligt HRF:s beräkningar. Det motsvarar en av tre med hörselnedsättning (33,4 procent).

Omkring 50–60 procent av alla med hörselnedsättning behöver hörapparater, beräknar HRF (se diagram till vänster).

Det innebär att utöver den halv miljon hörselskadade som har hörapparater i dag skulle ytterligare 250 000 människor, kanske fler, behöva hjälpmedel och annat stöd. De lever i en vardag präglad av hörselstress, och en del av dem hinner drabbas av ohälsa innan de söker hörselvård.

Hörsel och Hörselskador



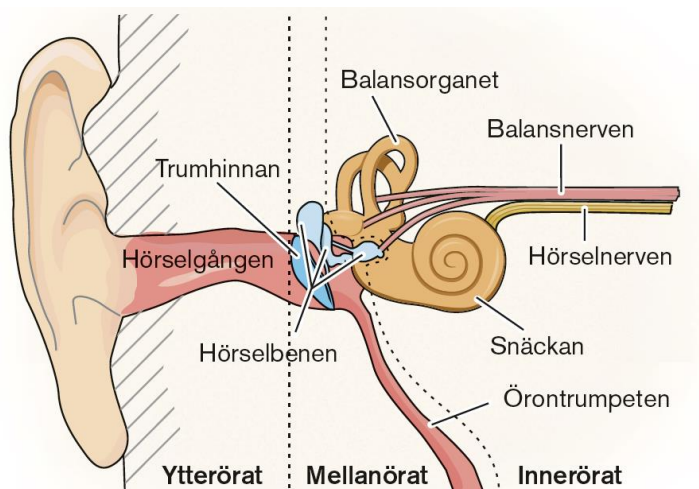
Örat består av tre delar. **Ytterörat** omfattar öron musslan och hörselgången. Trumhinnan bildar gräns till **mellan - örat**, med hörselbenen. I **innerörat** finns hörsel snäcka samt balansorganet. Här börjar också hörselnerven. När vi hör leds ljudvågor in genom hörselgången till trumhinnan, som kommer i svängning. Hörselbenen leder sedan ljudvågorna in i hörselsnäcka, till hörsels sinnesceller – hårcellerna. En del celler tar emot höga ljud, andra låga. Hörselnerven transporterar dessa ljudsignaler till hjärnan, som tolkar vad vi hör.

ILL: SGAB/HRF

Hörsel och Hörselskador

Oftast beror nedsatt hörsel på skador i innerörat.

Sådana **sensorineurala hörselskador**, på hörselsnäckan eller nervtrådarna från snäckan, kan ha många orsaker. Oftast beror det på buller och åldersförändringar, men orsaken kan också vara medfödda skador, sjukdom eller olyckor.



Några andra typer av hörselskador

Tinnitus är att höra ljud som inte beror på någon yttre ljudkälla – till exempel pip, brummande och brus. Ungefär 15–20 procent av befolkningen har tinnitus ofta eller ständigt. Cirka 2–3 procent har stora besvär av sin tinnitus. Ljuden varierar över tid, och besvären blir oftast bättre eller försvinner helt. Tinnitus är ett symptom som kan bero på bland annat hörselnedsättning, buller, sjukdom, mediciner och stress.

Menières sjukdom beror på en vätskeobalans i innerörat, och medför anfall av karusellyrsel, tinnitus, lockkänsla och hörselnedsättning. Cirka 50 000 har sjukdomen, som kan behandlas på en rad olika sätt.

Ljudöverkänslighet kan ta sig olika uttryck. Den vanligaste typen är hyperacusis, som innebär att även vardagsljud upplevs som obehagligt starka.

Hörsel och Hörselskador

Var hörselsmart – testa din hörsel varje år

Hur hör du – egentligen? Ofta märker vi inte själva när hörseln blir sämre eftersom det sker gradvis. Testa därför hörseln regelbundet, så att du kan söka hjälp så tidigt som möjligt. Det är ett smart sätt att undvika ohälsa och andra problem.

EN GÅNG OM ÅRET: Hörselskadades Riksförbund (HRF) rekommenderar att du varje år testar hörseln med "Hörseltestaren" – som app eller på webben: <https://hrf.se/vad-vi-gor/testa-horseln/> Om testet visar att din taluppfattning är sämre än normalt är det dags att beställa tid för hörselundersökning hos en vårdmottagning.

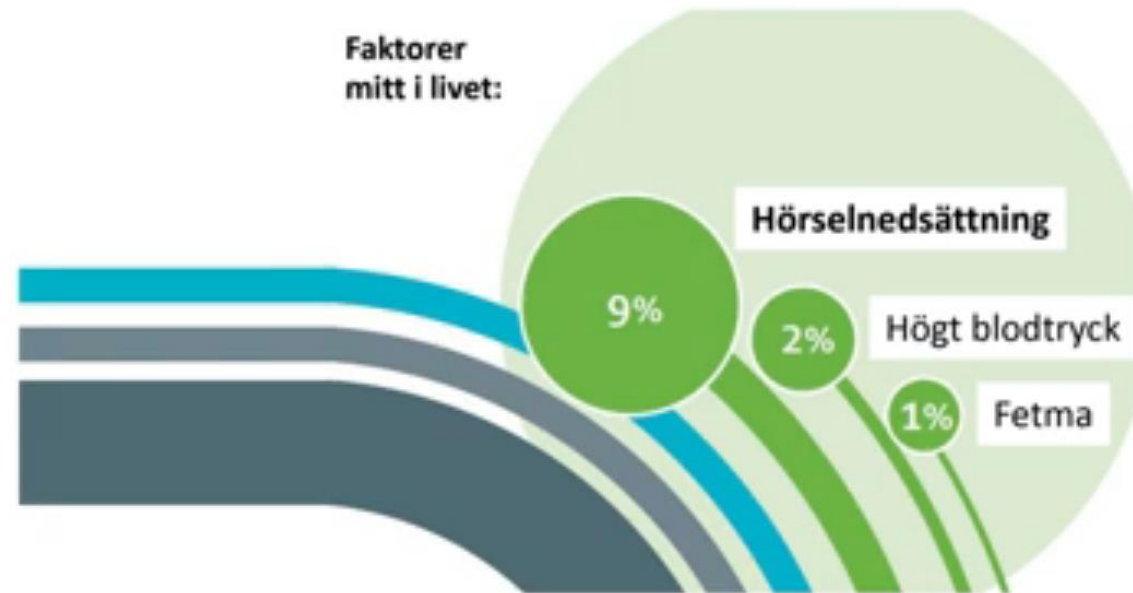
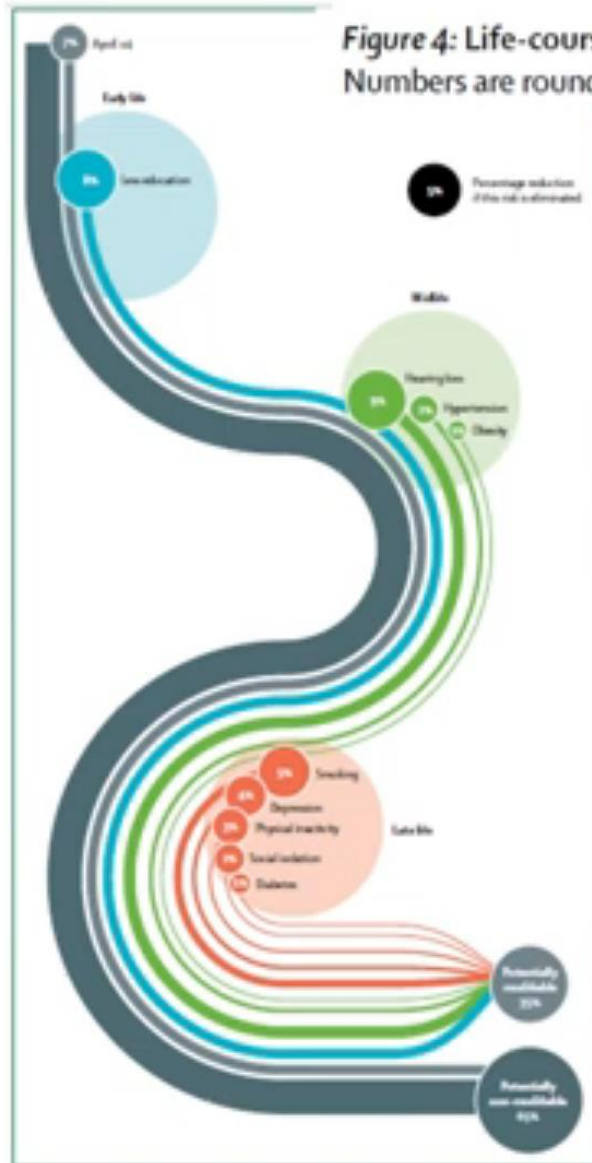
REGELBUNDET: Oavsett om du tycker att du hör bra eller inte bör du regelbundet boka tid för en hörselundersökning hos en vård mottagning. HRF rekommenderar: 18–44 år: minst vart femte år, 45–59 år: minst vart tredje år, 60 år och uppåt: minst vartannat år.

SNARAST: Testa hörseln direkt om du har fått svårare att uppfatta samtal, har utsatts för starkt ljud, har fått tinnitus eller har fått starkare tinnitus än tidigare.

Hörsel och Hörselskador

- ❑ Tidigare orsakades Hörselskador mestadels i bullrig arbetsmiljö (1950 - 1960)
- ❑ Idag på 2000-taler orsakas Hörselskador ofta på fritiden (för hög musik mm)
- ❑ Vi märker att "skamkänslan" att bära hörapparat har minskat i den yngre generationen 😊
- ❑ En mild hörselskada dubblar risken för tidigare demens
- ❑ En grav hörselskada 5-dubblar risken för tidigare demens (The Lancet)

The Lancet 2017



Av alla förebyggande faktorer, identifieras hörselnedsättning nu som den faktor som har störst förebyggande potential!

The Lancet Comissions, Dementia prevention, 2017

Hjälpmedel

- ☐ Hörapparater
- ☐ Benförankrat Implantat - BAHA
- ☐ Cochlea-implantat - CI

- ☐ Streaming
- ☐ Hörselslingor
- ☐ Varse system
- ☐ Skriv – och teckentolk
- ☐ Textning på TV och webb
- ☐ Kommunikation med text SMS, e-post, messenger, chatt mm

Hörapparater

Hörapparater – en god hjälp, men inget botemedel

En hörselnedsättning innebär oftast att hörseln blir sämre på två sätt. Dels blir ljudet svagare, dels förvrängs det och blir otydligt. Hörapparater är en god hjälp eftersom de ger förstärkning. Men hörapparater kan inte ersätta skadade nervtrådar och sinnes celler. Därför kan de inte återge förmågan att automatiskt sortera bort ovidkommande ljud och urskilja viktig information, till exempel att skilja trafikbrus från tal eller att sortera olika röster som hörs samtidigt. I ett hörselskadat öra flyter allt ihop. För att minska detta problem har många hör apparater en riktnings - mikrofon, som förstärker ljudet närmast framför användaren. En del kan även dämpa en del av bakgrundsljudet. Men det bästa sättet att slippa bakgrundsljud är att ha en hörapparat med telespole, som kan ta in ljudet från en teleslinga Alternativt strömma ljudet direkt till hörapparat.

Nu introduceras även hörapparater med laddningsbara batterier, vilket underlättar användande. I västra Götaland kommer beslutas om avgift på 400 kr för dessa.



Bakom-örat-apparat



I-örat-apparat

Bakom-örat-apparater är den vanligaste typen av hörapparat. De är drift säkra och erbjuder ofta en rad olika möjligheter, till exempel riktmikrofon, telespole, streaming och fjärrkontroll att styra funktionerna.



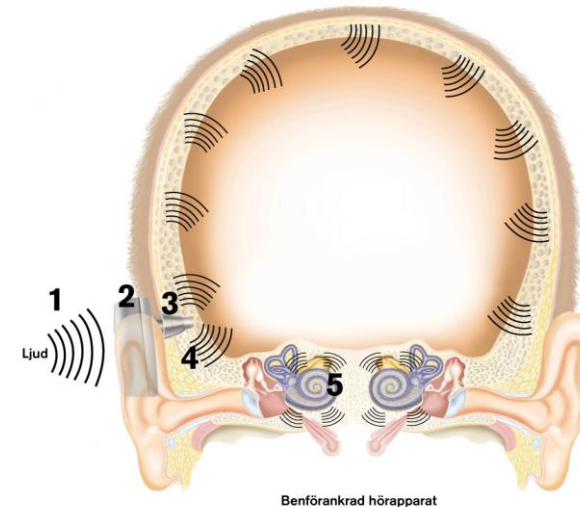
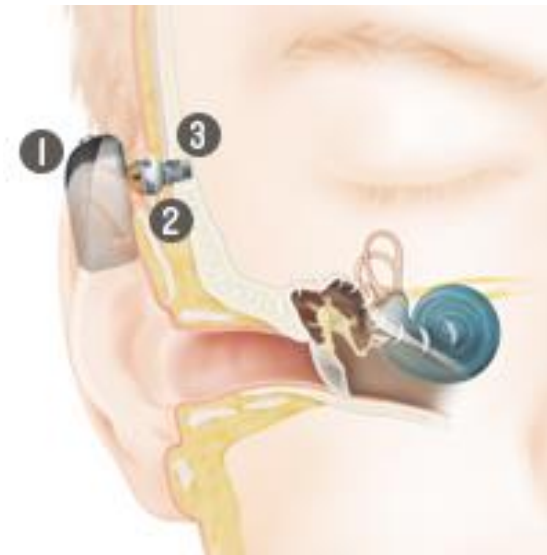
Hörselskadades förening i
Vänersborg Trollhättan med omnejd

Hörapparater

Benförankrade hörapparater

Förmedlar ljud via ett titanimplantat i skallbenet direkt till innerörat. De används av enkelsidigt döva och personer med ledningshinder i mellan örat. Det här är också ett alternativ för hörselskadade som inte kan ha en tättslutande insats i örat.

Kallas också BAHA (Bone Anchored Hearing Aid) – en svensk uppfinning

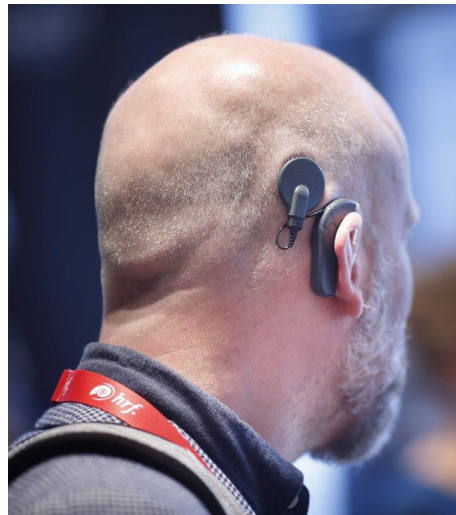
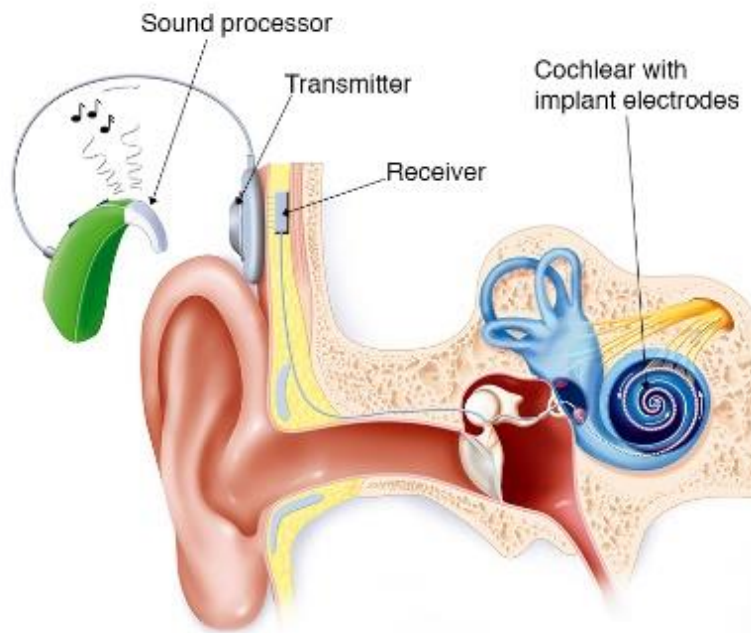


Hörselimplantat

Hörselimplantat är ett samlingsbegrepp för olika typer av implantat som kan förbättra hörseln. **Det vanligaste är cochlea-implantat (CI)**, som gör att en döv eller gravt hörselskadad person kan höra i varierande grad. Ca 3 000 har CI i Sverige. Ca 20 000 skulle kunna ha nytta av CI.

En variant av detta är och elektroakustisk stimulering (EAS).

Det finns också mellanöreimplantat och hjärnstamsimplantat.



Torsdag den 21:e 16.00

ABF Kronogatan 2 Vänersborg

Grav hörselskada och CI (Cochlea Implantat)

Ni får träffa experter och CI-opererade som berättar om sina erfarenheter.

17,00 Föredrag:

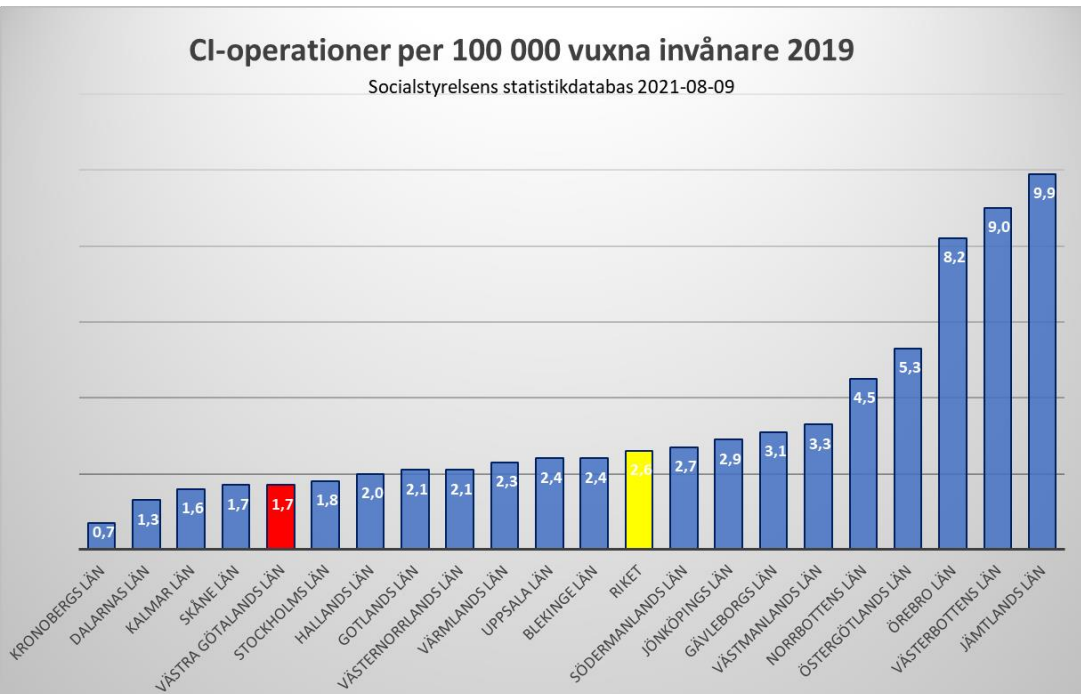
*"Vad du kan göra när hörapparater inte längre räcker till. **Audionom Annelie Grosvernier från Cochlear.** Varför är det viktigt att höra bra, när ska man söka hjälp och vad finns det för hjälp att få"*



Hörselskadades förening i
Vänersborg Trollhättan med omnejd

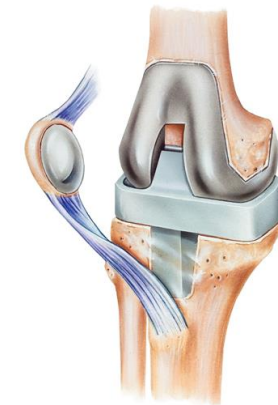
CI vården i västra Götaland

CI vården i vår region har halkat efter och ligger bland de sämsta i landet (Sociastyrelsens statistik). HRF västra Götaland / Västplantorna jobbar med att påverka våra politiker och tjänstemän för att få en förbättring. Det går trögt....



- 145 967 SEK/QALY
- Medelålder: 61 år
- Antal operationer/år: 200

ICER
=



- 150 454 SEK/QALY
- Medelålder: 68,8 år
- Antal operationer/år: 15 500

Streaming

Streaming (strömning) är en relativt ny teknologi för hörapparater, BAHA och CI. Streaming gör att man får ljudet direkt till Hörapparaten utan sladd och med bra kvalitet:

- ☐ Mobiltelefon
- ☐ TV
- ☐ Radio
- ☐ Musik
- ☐ Andra hjälpmedel



Streaming störs inte av magnetiska fält
Vilket kan vara problem med T-läge

Hörselslingor

Teleslinga är enkel lösning för att göra lokaler tillgängliga för hörapparat användare. En teleslinga gör att ljudet går trådlöst direkt till hörapparaten och avståndet till ljudkällan blir inte lika avgörande för hörapparat användaren. Teleslinga ska finnas i allmänna lokaler som till exempel föreläsningssalar, möteslokaler, biografier och kyrkor.



HRF:s riksprojekt att kontrollera att installerade hörselslingor fungerar. Tyvärr allt för vanligt att slingorna inte fungerar när de väl ska användas.

<https://hrf.se/slingkollen/alla-slingkollar/>



Varse blivning

Om du har svårt att upp fatta ljudsignaler från till exempel telefon, dörrklocka och larm finns det hjälpmedel som för stärker signalen samt ljus- och vibrations signaler.

Delas ut av Hörselvården för behövande

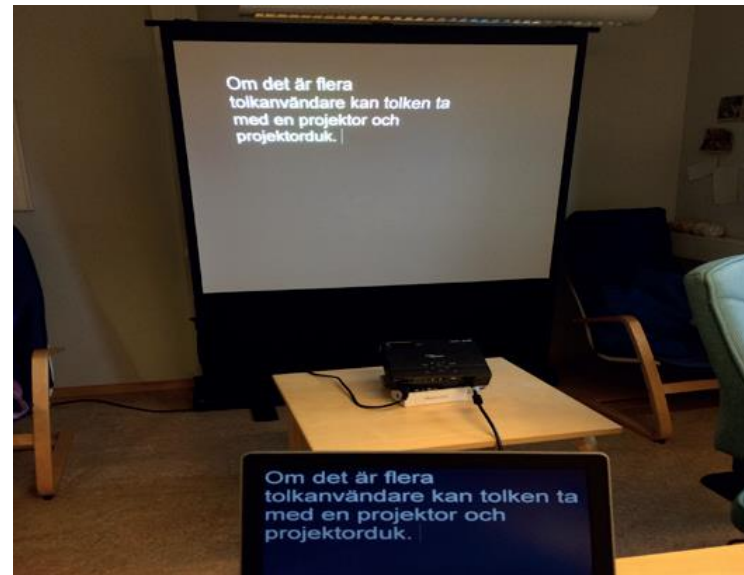
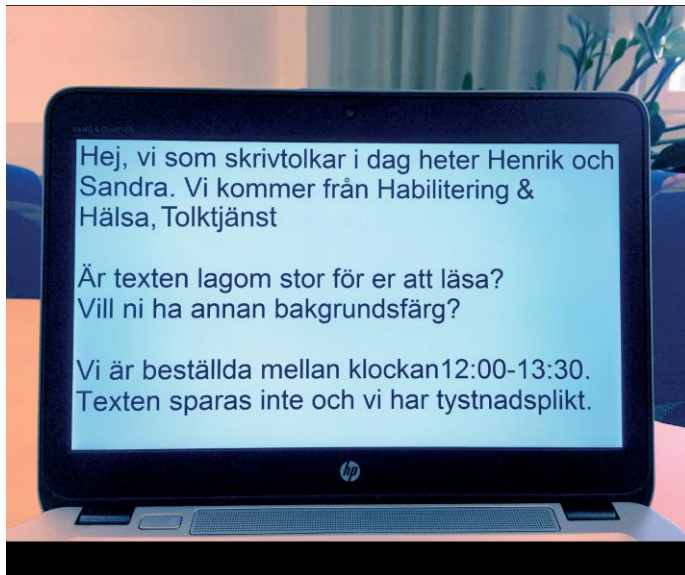
- ☐ Väckarklocka
- ☐ Dörrklocka
- ☐ Brandlarm
- ☐ Pager
- ☐ Telefonsensor
- ☐ Blixtmottagare
- ☐ Armbandsmottagare



Skriv – och teckentolk

Tolkning kan vara ett bra stöd i kommunikationen. Hörselskadade, döva och dövblinda kan beställa kostnadsfri teckenspråkstolkning, skrivtolkning och TSS-tolkning via landstingens tolkcentraler. Skrivtolkning innebär att en tolk skriver allt som sägs, till exempel vid ett möte, så att det kan läsas på en skärm. Teckenspråkstolkning gör att teckenspråkiga och icke teckenspråkiga kan kommunicera med varandra.

Tolk tillhandahålls av Regionen: <https://www.vgregion.se/f/habilitering-och-halsa/tolk/informatinsmaterial/>



Här får ni möjlighet att se skrivtolkar i arbete

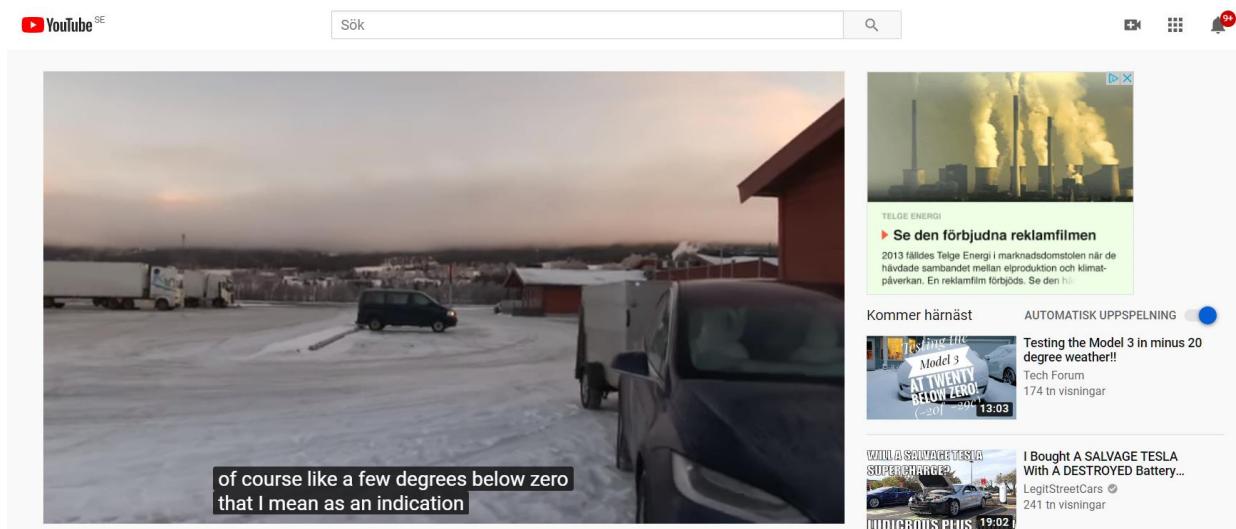
Textning på TV och webb

Textning av TV-program på svenska började införas på TV för några år sen, vilket ökar tillgängligheten för oss Hörselskadade. Dock är detta inte genomfört till 100%. Lokal-TV sänds textat i efterhand på SVT Play (ca 30 minuter). TV4 och andra kanaler ligger efter SVT.

Dessutom sänds mycket på Webben som är otextat

Det finns också EU-lagstiftning på gång för detta.

Automatisk textgenerering har utvecklats mycket snabbt och kan vara ett alternativ, tekniken är dock inte helt felfri ännu. E.x. YouTube, Tera



Textning är ett av de fyra prioriterade områden som HRF-kongressen 2021 beslutade

SMS, e-post, messenger, chatt

SMS, E-post, Messenger m.fl. ger oss Hörselskadade ökade möjligheter att kommunicera med text. Det fungerar bra till privatpersoner, men Myndigheter och Sjukvården ser sekretessproblem med Internet. Istället vill man kommunicera via 1177 (med BankID). Trots löfte om förbättringar och Chatt på 1177 är det fortfarande inte genomfört.

Chatt-kommunikation är mycket bra för oss Hörselskadade och finns bl a på många "supporttjänster", dock långt ifrån alla

Arbetshjälpmedel

Arbetshjälpmedel kan du få via Försäkringskassan eller Arbetsförmedlingen, om du har hörapparater och arbetar. Till exempel: om du använder mobilen i arbetet kan du få hjälpmedel som sänder telefonsamtal trådlöst till dina hörapparater och om du har många möten kan du ha stor nytta av ett enkelt, bärbart kommunikationssystem. Som yrkesverksam finns många möjligheter att slippa betala själv för hjälpmedel.



Konferenshjälpmedel



Telefonclips



Tera

Råd

8 sätt att förenkla din vardag

1. Tala om att du hör dåligt. Helst så tidigt som möjligt. Då fungerar kommunikationen bättre och risken för missförstånd minskar.
2. Undanröj onödiga ljudkällor. En radio som skvalar i bakgrunden, ett öppet fönster med trafikbrus utanför... Du kan enkelt dämpa eller ta bort störande ljud – stäng av och stäng igen!
3. Välj lugna miljöer. Tänk på var du hör bäst när du ska träffa någon. Hitta samtalsvänliga favoritplatser! Det kan också vara enklare att bjuda en mindre krets åt gången än att ha stora middagar.
4. Belysning. Det är lättare att uppfatta vad som sägs om ljuset är bra, så att ansiktet på den som talar är väl synligt. Sitt med ryggen mot fönstret.
5. Be om skriftliga underlag. Vid möten, utbildningar med mera kan du ofta få skriftliga sammandrag. Då vet du att du inte har missat något viktigt.
6. Använd SMS och e-post. Varför ringa om ljudmiljön är dålig? Skicka ett textmeddelande istället.
7. Använd Internet. Om du missar ett nyhetsinslag eller ett program i radio/tv kan du ibland läsa en textversion eller se om/lyssna på det via kanalens webb. Men bara en del inslag/program är textade.
8. Se textade program via text-tv. Många tv-kanaler erbjuder textning via text-tv sida 199.



Hörselskadades Riksförbund

En växande kraft



Hørselskadades Riksförbund

Den digitala kongressen 2021 beslutade följande prioriterade områden:

- ☐ Tillsammans växer vi
- ☐ En hörselvård att lita på
- ☐ Ett hållbart, demokratiskt, arbetsliv
- ☐ Textat, hörbart, demokratiskt



Hörselskadades Riksförbund

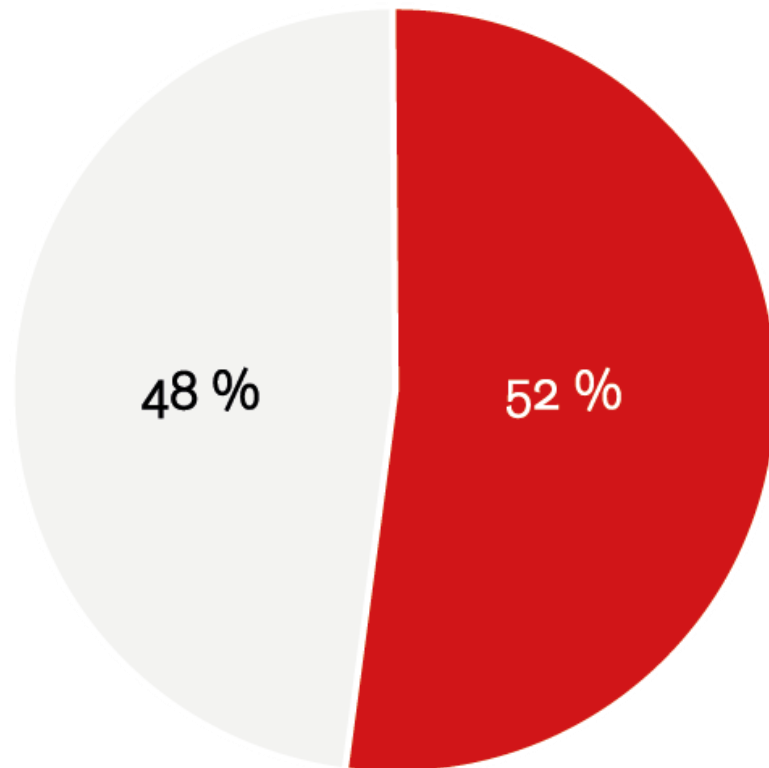
En av Sveriges största intresseorganisationer

- **24 000 medlemmar**, från norr till söder
- **172 föreningar**, i många kommuner
- **22 distrikt**, finns i alla län/regioner
- **Ett förbund**, för hela landet

Nu är vi

1,5 miljoner

personer här i landet som hör dåligt
(som vi vet)



● 16–64 år ● 65+ år

Trendbrott år 2017:
Nu är andelen hörselskadade
störst
över 65 år

En av fem

hör dåligt vid 45–64 år

Delaktighet – tillgänglighet

– *en mänsklig rättighet*

Vi vill

- **att alla som behöver skall få bra hjälpmedel** (hörapparater och andra hjälpmedel)
- ha utbyggd och bra textning (SVT, webben)
- ha tillgång till tolkar (skrivtolk, TSS-tolk, teckenspråkstolk)
- att de som behöver skall få implantat
- ha fungerande teleslinga (hörslinga)



Slingkollen

Delaktighet – tillgänglighet

– en mänsklig rättighet

- ***vi arbetar för bättre ljudmiljöer***
- ***utbildning för bättre tillgänglighet i olika former***
- ***mer forskning behövs. Vi gör egna undersökningar och initierar forskning***
- ***vi arbetar för en likvärdig och bra hörselvård i hela landet***

Ojämlig hörselvård

Hörselskadade i olika delar av landet
möter hörselvård med olika regler, olika avgifter,
olika praxis trots att Hälso – och Sjukvårdslagens mål är

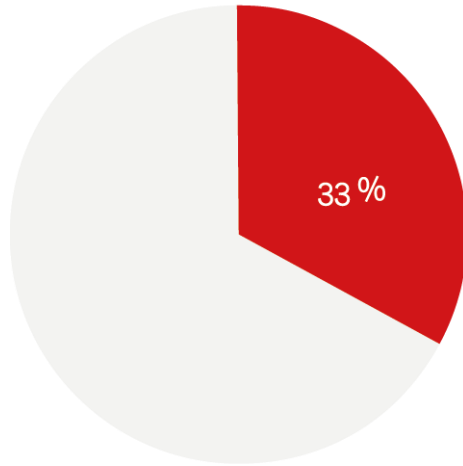
vård på lika villkor för hela befolkningen



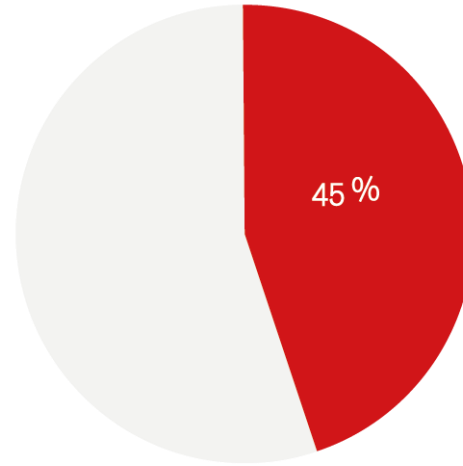
ÄLDRE
personer

Sämre hörsel med stigande ålder

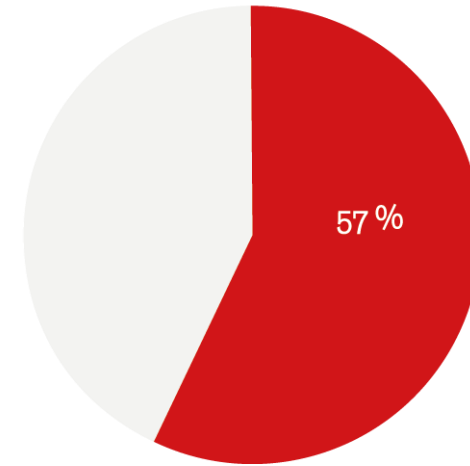
65–74 år:



75–84 år:



85–110 år:



Äldre personer

Viktigt att kunna delta i det sociala livet.

annars:

- Kognitiva förmågan avtar
- Minnesstörningar
- Tidigare utveckling av demens

HRF verkar för kommunala syn-hörselinstruktörer

alternativt

att vårdpersonal får hörselskadekunskap.

*Vi vill ge alla hörsel-
skadade barn och unga bra
förutsättningar*



Arbetsliv

alla skall ges samma möjlighet till ett bra arbetsliv

- bra och fungerande hjälpmedel
- god ljudmiljö
- förstående arbetsledning

*Dålig allmänhälsa, stressrelaterade sjukdomar och
förtidspension dubbelt så vanligt bland hörselskadade
personer jämfört med befolkningen i övrigt.*



Hörselskadades Riksförbund

Vi har flera ben

- **Hörsellinjen** - *rådgivning*
- **Hörselbron** - *forskningsinstitut*
- **Hörselforskningsfonden**
- **HRF Hörteknik** - *hjälpmedel*

Hörselveckan 2021



HRFTALKS.

Kunskap, inspiration och hörselsmarta idéer.

Varje dag under Hörselveckan, den 11 - 17 oktober, webbsänds ett föredrag på cirka 20-30 minuter med någon intressant person på HRFs Facebook. <https://hrf.se/hrftalks/>

Måndag 11 oktober, kl. 12.30

[Peter Gerhardsson: "Jag ser vad du säger!"](#)

Peter Gerhardsson, förbundskapten för damlandslaget i fotboll, har hyllats som en av våra mest kommunikativa ledare.

Tisdag 12 oktober, kl. 12.30

[Eldré Beukes: Tinnitus, hörselnedsättning och covid-19](#)

Eldré Beukes, audionom och forskare vid Anglia Ruskin University, Cambridge, England, och Lamar University, Texas, USA, har undersökt pandemins effekter på tinnitus och andra hörselskador. *Engelskt tal, men svensk text!*

Onsdag 13 oktober, kl. 12.30

[Anna Säll: Hörselsmart comeback](#)

Anna Säll var "superkvinnan" som körde på i högsta tempo – tills hon drabbades av plötslig hörselnedsättning och vrålande tinnitus.

Torsdag 14 oktober, kl. 12.30

[Anders Jönsson: "Har vi råd med hörselskadade?"](#)

Anders Jönsson, teknisk audiolog och forskningsingenjör, Lunds universitet, ställer frågan på sin spets i detta upprop för svensk hörselvård.

Fredag 15 oktober, kl. 12.30

[Peter Lindbergh: "Alla poliser borde testa hörseln"](#)

Polisen Peter Lindbergh blev hörselskadad vid en skjutövning – utan att kunna bevisa det.

Lördag 16 oktober, kl. 12.30

[Hanna Lundin Jernberg: Att våga ta plats som hörselskadad – och följa sina drömmar](#)

Hanna Lundin Jernberg, socionom och fritidspolitiker, reflekterar kring att våga ta plats som hörselskadad, bland annat i politiken

Söndag 17 oktober, kl. 12.30

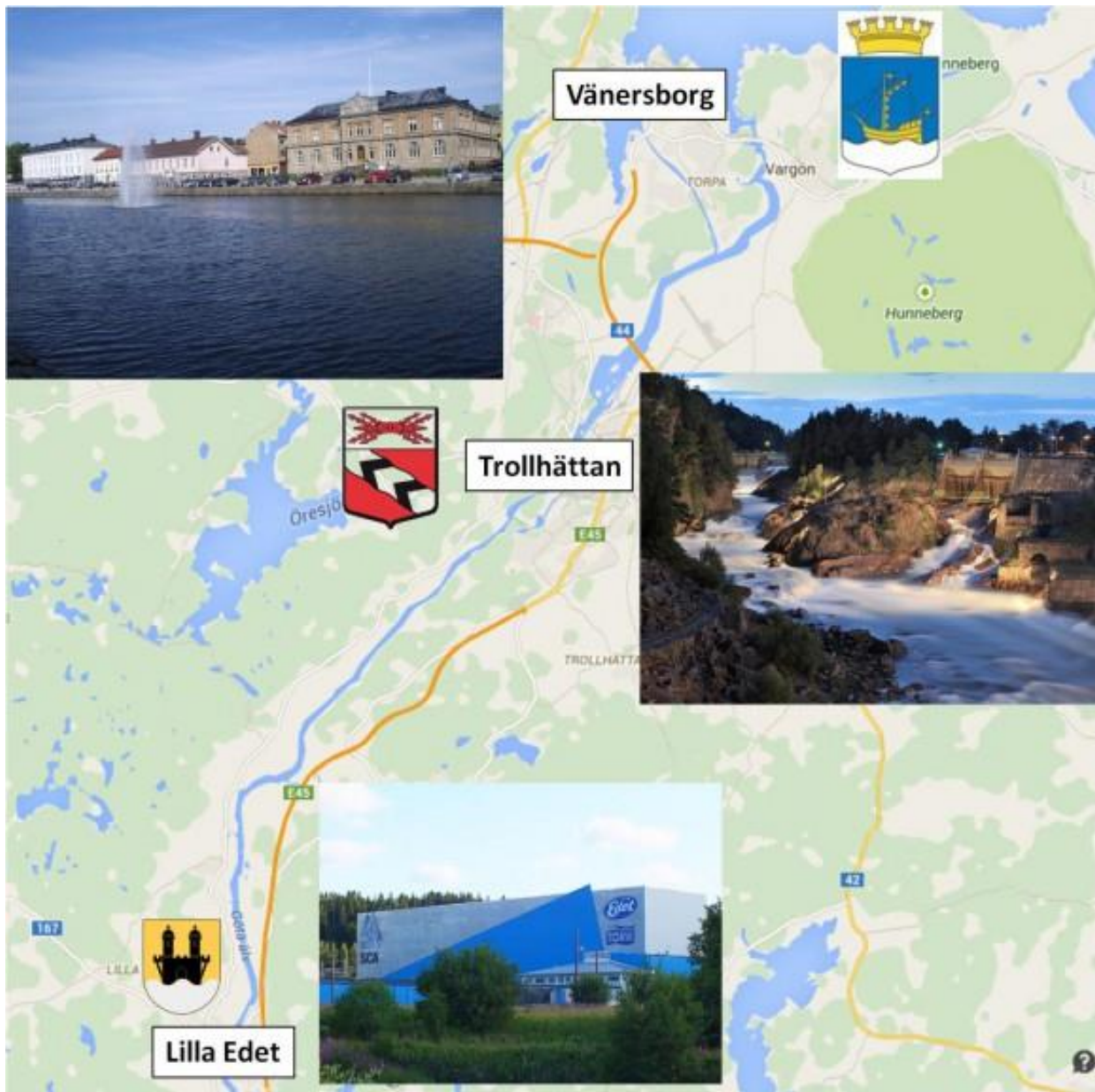
[Helge Rask-Andersen: Vid hörselforskningens horisont](#)

Helge Rask-Andersen, senior professor i experimentell otologi vid Uppsala universitet och Akademiska sjukhuset i Uppsala, ger oss en smygtitt in i framtiden



Hörselskadades Riksförbund

En växande kraft



**Hörselskadades förening i
Vänersborg Trollhättan med omnejd**

<https://hrf.se/vanersborgtrollhattan/>

Kontaktuppgifter:

Kronogatan 2, 462 30 Vänersborg

E-post: vanersborg.trollhattan@hrf.se

SMS: 0724-522209 (ordförande)

Verksamhet

- ☐ Föreningen har ca 115 medlemmar
- ☐ Föreningens styrelse har 5 ordinarie medlemmar och en ersättare
- ☐ Föreningen har Öppet hus i Vänersborg och Trollhättan – paus p g a Pandemin
- ☐ Föreningen har aktiva Hörselhjälpare – separat sida
- ☐ Föreningen deltar i Hörselverksamhetens brukarråd i Vänersborg
- ☐ Föreningen har representant i Funktionshinderrådet i Trollhättan
- ☐ Föreningen deltar i Funktionshinderrådet i Vänersborg genom Funktionsrätt Vbg
- ☐ Föreningen arbetar aktivt i Riksförbundets kampanj Slingkollen – separat sida
- ☐ Föreningen är en av HRF distrikt västra Götalands 10 aktiva föreningar
- ☐ Föreningen har ombud på HRF distriktets Årsmöte och Höstmöte
- ☐ Föreningen deltar i HRF distriktets utbildningar och övriga arrangemang

<https://hrf.se/vanersborgtrollhattan/>

Historik



1921 Bildades "Svenska föreningen för Dövas Väl", det som idag heter HRF

1921 Första lokalföreningarna bildades i Falun och Sundsvall-Timrå

1947 Namnbyte till "Hörselfrämjandet"

1964-65 Vänersborgsföreningen startad av rektor Svensson på Vänerskolan

1970 109 medlemmar

1974 Verksamheten nedlagd

1990 Namnbyte till "HRF"

Det har funnits förening i Trollhättan men det saknas uppgifter om verksamheten

1997 Hörselskadades Föreningen i Vänersborg nystartades 12 mars 1997 med interimsstyrelse

2002 Beslut om namnändring till Vänersborg Trollhättan med omnejd

2021 För närvarande 115 medlemmar, har lokal på ABF, Kronogatan 2, 462 30 Vänersborg.

<https://hrf.se/vanersborgtrollhattan/>

Hörselhjälpare

Hörselhjälpare är ett Volontärarbete som är unikt för Region västra Götaland. HRF-föreningarna har Hörselhjälpare som Regionen västra Götalands Hörselverksamhet utbildar.

En hörselhjälpare kan hjälpa till med en enkel felsökning av hörapparaten, byta slang eller batteri med mera.

För HRF Trollhättan Vänersborg sker detta huvudsakligen på "Öppet hus" på äldreboenden. Pausat på grund av Pandemin.

Föreningen behöver fler som vill ställa upp som hörselhjälpare och få utbildningen av Hörselverksamheten

<https://hrf.se/vanersborgtrollhattan/>



Slingkollen

Slingkollen är Hörselskadades Riksförbunds (HRF) satsning på fler och bättre teleslingor (hörslingor) runt om i landet! HRF-föreningar från norr till söder inventerar teleslingor, kollar om de fungerar, sprider kunskap och uppmärksammar lokaler som saknar teleslinga. Genom Slingkollen väcker HRF också opinion för fler teleslingor och ett hörselsmart samhälle! Läs mer på denna länk: <https://hrf.se/slingkollen/>

Föreningen jobbar aktivt med att kontrollera Hörselslingor i vårt område.

En halv miljon hörselskadade har nytta av slinga

Cirka 1,5 miljon vuxna har hörselnedsättning i Sverige, varav en halv miljon använder hörapparater. Att installera en teleslinga (hörslinga) är en smart investering. Det innebär att en halv miljon hörselskadade i Sverige – i alla åldrar, i alla delar av samhället – skulle höra bättre om det fanns teleslinga i samlingslokaler, biografer, teatrar, kommunhus och andra lokaler som är öppna för allmänheten.

<https://hrf.se/vanersborgtrollhattan/>

Tack för att ni lyssnade!



Föredraget läggs ut på vår Hemsida: <https://hrf.se/vanersborgtrollhattan/>



**Hörselskadades förening i
Vänersborg Trollhättan med omnejd**