

## ”Hur påverkas min hörsel”. Referat från Kents föredrag 2023-11-13.

Kent är själv hörselskadad och har varit aktiv i HRF i många år. Det märktes på hans känsla för ämnet som han pratade om. Han berättade intensivt och känslösamt om vilka hjälpmedel det finns och hur bra dom är och dessutom vilken utomordentlig förmån vi har just i Halland med fina hjälpmedel och en välutvecklad hörselvård. Kent berömde och talade väl om Hallands hörselvård som dessutom är utan kostnad för mycket dyra apparater.

Förebygg genom att använda hörselskydd, undvik skadliga vanor och hantera stress är grejor man kan göra för att förebygga hörselnedsättning.

Sök i tid och håll på tills du har en apparat som passar just dig var Kents viktiga ord att ta med sig. Det är också viktigt att ta reda på var man hör dåligt och i vilka sammanhang. Skriv upp och ta med vi besöket/besöken hos audionomen.

Använd hörselsamordnaren i kommunen. De kommer hem och föreslår hjälpmedel. och hjälper till med tolkhjälp. Anhöriga får också hjälp att förstå och bidrar med samtalsförstärkare om det behövs.

Kent talade om nio vanor som alla hörselnedsatta personer bör ha med sig. Informera andra, undvik störande ljud, välj lugna miljöer, kolla belysningen, sök skriftliga underlag, gör minnesanteckningar, använd SMS, sociala medier, använd tal till text, textade TV program samt erfarenheter av andra med nedsatt hörsel. Mer om ovanstående kan du läsa på hörsellinjens hemsida [www.horsellinjen.se](http://www.horsellinjen.se) en mycket användbar sida.

Av hörapparaterna är de laddbara helt klart bäst i Hallands utbud. Det är viktigt att regelbundet testa nya apparater. Kent gick igenom olika varianter och visade dem på bild.

Det framkom hur viktigt det är att kolla om det finns vaxproppar i öronen som kan vålla stort besvär. De är lätta att ta bort hos distriktsköterskan på vårdcentralen.

Allt vad Kent sa skrev skrivtolkarna ner på text och visade på en tavla bredvid. Frågor från publiken skrevs också ner av skrivhjälpen.

Mot slutet pratade Kent om Blåtandssystemet och de många olika hörselslingorna som finns på marknaden. Han avslutade med Hörselrådets insatser genom åren i Hallands län.

Kent höll ett mycket trevligt och positivt föredrag om vikten av att kunna höra bra bl.a. för den sociala gemenskapens skull. En bra hörsel påverkar kommunikationen enormt mycket och har även stor betydelse för hälsa och välbefinnande.

Kent och medhjälpare avtackades med en varm applåd och en honungsburk.

Kjell