

# Hör du som du ska?

**Hörapparater har fortfarande något stigmatiserande över sig. Det är synd. Dagens apparater kan göra enorm skillnad, inte minst för fågelskådare som vill kunna uppsnappa skogens alla pip.**

TEXT Niklas Aronsson



Järpe och kungsfågel har båda läten på höga frekvenser, något som många har tappat förmågan att uppfatta.

Det finns de som lite ironiskt menar att skälet till att kungsfågeln rödlistades 2015 berodde på att landets inventerare inte längre hörde deras fina läten. Med stigande ålder försämras hörseln, och eftersom befolkningen är aktiv allt högre upp i åldrarna, påverkas ett intresse som fågelskådning, då det i hög grad handlar om att lyssna. Naturupplevelsen blir inte vad den har varit för den som tappat delar av frekvensområdet.

I en undersökning från 2009 konstaterade Socialstyrelsen att en miljon männ-

iskor i vårt land har svårt att höra vad som sägs i ett vanligt samtal.

**MEN DET ÄR** långt ifrån bara äldre som har nedsatt hörsel.

– Det har egentligen inte med ålder att göra, utan med hörsel, säger Henrik Lindgren – audionom på företaget Audika, som har avtal med fyra landsting i landet.

Henrik tycker att fler borde ta steget och skaffa hörapparat.

Han berättar att det finns hårceller i innerörats hörselnäcka som förslits med tiden. Det kan bero på ärftlighet eller på

att man utsätts för starka ljud.

– Hårcellerna slits mer av höga toner, säger han.

**OM MAN MISSTÄNKER** att man hör dåligt går det bra att kontakta sjukvården och be om en hörselundersökning. Den görs av en audionom eller av en läkare.

– Ibland krävs det att man har en remiss, men ofta går det bra att bara ringa.

Hörseltestet resulterar i en kurva över hörseln, ett så kallat audiogram. I datorn kan man sedan analysera hörselkurvan och göra en individuell rehabiliteringsplan



Henrik Lindgren, legitimerad audionom på Audika i Norrköping.



Så här kan en modern hörapparat se ut.

så att man förstärker hörseln i områden som är nedsatta och slitna.

– Det är olämpligt att förstärka mer än vad som behövs, det kan till och med vara skadligt.

Henrik betonar att en hörapparat är en mekanisk hjälp som inte gör att man får tillbaka normal hörsel, men att dagens hörapparater är avancerade små datorer som kan förstärka på ett för individen skraddarsytt sätt.

– När man går till läkaren eller audionomen är det viktigt att berätta att man är fågelskådare, säger Henrik.

– Då kan man skapa ett särskilt läge för just fågelskådning på hörapparaten, att byta till vid behov. Ett program där man har tagit bort brusreducering och förstärkt diskanten till exempel, för att kunna vara så bra som möjligt för just fågelskådning.

– De olika lägena kan sedan enkelt ändras med en app i mobiltelefonen.

**DET SOM GÖR** det en smula komplicerat är att olika landsting och regioner har olika avtal med företag som tillhandahåller hörapparater. Det är också olika hur mycket de kostar.

– Här i Östergötland har vi ett system där man lånar apparaten. Man har också möjlighet att testa sig fram genom att prova några olika apparater mot en avgift på 500 kronor per öra, säger Henrik.

Vilken subventioneringsgrad man har, och vilket urval av produkter som finns, beror på det upphandlingsavtal som landstinget eller regionen har gjort, vilket innebär att en hörapparat kan kosta allt från ingenting upp till 10 000–15 000 kronor per öra. Det vanliga är att man har hörselnedsättningen på båda öronen.

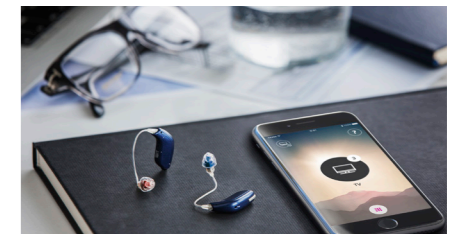
**UTPROVNINGEN AV EN** ny hörapparat tar vanligen några veckor. Man får låna en apparat i cirka en månad, och gör sedan ett uppföljningsbesök där man finjusterar inställningarna alternativt testar fram en annan apparat. När man så småningom är nöjd med utprovningsen behöver apparaten användas ordentligt för att fungera optimalt. Hjärnan behöver 1 000–2 000 timmar innan den har vant sig, och kan hantera ljud på ett optimalt sätt.

De vanligaste hörapparaterna har ett frekvensomfång på mellan 125 och 8 000 hertz. Det är i minsta laget för att klara till



Nya tiders hörapparater består av ett antal plastdelar som skyddar den avancerade elektroniken.

exempel en kungsfågels läten som ofta ligger kring 8 000 och en bit däröver. Därför kan det vara bra att fråga efter apparater som klarar åtminstone upp till 10 000 hertz, eller gärna ytterligare lite till, för att man ska vara på den säkra sidan. Man behöver ligga på en del, menar Stig Lindvall från Norrköping, som nedan berättar om sina erfarenheter. **4**



Hörapparaten kan styras från mobilen.

## STIG LINDVALL | "Hörapparaten förändrade mitt liv."

### ► När började problemen?

Det är självförfallat i mitt fall. Jag har arbetat med bullrande maskiner, och har inte varit rädd om min hörsel. När jag var liten hjälpte jag och min syster till när min pappa sköt. Han var landslagsskytt. Vi stod framme vid tavlan och visade var han träffade. Det smäll så det gjorde ont, och hade ingen bomull i öronen. Vi trodde inte det var farligt.

### ► Hur märkte du att du inte hörde som du borde?

Som skådare vet man att det är lika viktigt att höra som att se. För mig var tranor som flög över huset eller korpar och kråkor inga problem, men jag märkte att jag inte hörde kungsfågeln.

### ► Vad gjorde du då?

Jag tog kontakt med Henrik

Lindgren, på Audika, som gjorde en hörselundersökning. Fast med den första hörapparaten hörde jag fortfarande inte kungsfågel. Jag gick tillbaka och sa att jag ville ha något bättre. Då fick jag en avancerad hörapparat som klarade ända upp till 12 000 hertz, och med den kunde jag höra kungsfågeln.

### ► Hur kändes det att få hjälp?

Det var helt fantastiskt och har förändrat mitt liv i positiv riktning. Det är viktigt att det kommer ut att det finns hjälp att få om man hör dåligt. Jag har mött flera fågelskådare som har velat kika på min hörapparat och veta hur den fungerar. FOTO: VIKTORIA RÄHLIN

Stig Lindvall från Norrköping.

