



KUULOLLA KOKO IÄN

OPAS IKÄHUONOKUULOISILLE



KUULO YKSI TÄRKEIMMISTÄ AISTEISTAMME

Kuulon välityksellä saamme tietoa ympäröivästä maailmasta ja aistimme erilaisia elämyksiä kuten luonnon ääniä ja musiikkia. Kuulon avulla olemme vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa sekä ylläpidämme ja muodostamme sosiaalisia suhteita. Hyvä kuulo on myös turvallisuustekijä, sillä sen avulla orientoidumme ympäristöön ja saamme tietoa ympäristön tapahtumista muun muassa hälytysäänistä ja liikenteestä.

IKÄHUONOKUULOISUUS

Eläkeikäisistä joka kolmannella arvioidaan olevan jonkinasteinen kuulon alenema ja suurimmalla osalla 75-vuotiaista kuulo on heikentynyt. Iän myötä sisäkorvan kuulohermo rappeutuu ja aistinkarvasolujen toiminta heikkenee. Lisäksi perinnölliset tekijät, yleissairaudet ja meluallistus voivat heikentää kuuloa.

Kuulon heikkeneminen alkaa vähitellen, eikä sitä itse aina huomaa tai sitä ei halua myöntää. Aluksi kuulo heikkenee korkeista äänistä ja tämän jälkeen laajenee puheen kuulemisen alueelle. Keskustelukumppanin sanoista on vaikea saada selvää, ja hälyssä kuuleminen hankaloituu. Kuulemisvaikeudet aiheuttavat väsymystä ja väärinkäsitykset yleistyvät. Seurauksena voi olla sosiaalisten tilanteiden välttäminen.

MILLOIN KUULON- TUTKIMUKSIIN?

- Keskustelukumppanin sanoista on vaikea saada selvää ryhmätilanteissa
- Asiointitilanteet hankaloituvat
- Television tai radion äänenvoimakkuutta on lisättävä
- Ovikellon tai puhelimen hälytysäänien kuuleminen vaikeutuu
- Kartetaan tilaisuuksia, joissa on paljon ihmisiä ja hälyä
- Korva soi tai on muuten tukkoisen tuntuinen

Varaa aika terveyskeskuksesta kuulontutkimukseen, jos tunnistat jonkun edellä esitetystä tilanteista.



Miten huomioin ikäkuuloisen keskustelutilanteessa?

- Kiinnitä keskustelukumppanin huomio ennen kuin alat puhua
- Taustahäly vaikeuttaa kuulemistä
- Puhu rauhallisesti ja selkeästi – älä huuda!
- Huolehdi, että kasvosasi ja suun liikkeesi näkyvät
- Huolehdi, että ryhmätilanteissa yksi puhuu kerrallaan
- Selvennä asiasi tarvittaessa kirjoittamalla

KUULOPOLKU

MINNE MENEN,
KUN KUULO
HEIKKENEET?

JULKINEN PALVELU

Terveyskeskus

- Lääkärin tutkimus
- Lähette erikoissairaanhoidon

Erikoissairaanhoido: Kuulokeskus tai -asema

- Kuulontutkimus
- Erikoislääkärin tutkimus
- Kuulokojesovitus
- Muut kuulon apuvälineet
- Kuntoutusohjaus

Oma kustannus

- Lääkärin tutkimus
- Kuulontutkimus
- Kuulokojesovitus ja kojeen osto

Tai

- Lähette julkiselle puolelle erikoissairaanhoidon

Maksusitoumus

- Kuulontutkimus
- Kuulokojesovitus

YKSITYINEN PALVELU

Kuulopolku ja apuvälineet

Alustavan lääkärin- ja kuulontutkimuksen jälkeen, lääkäri kirjoittaa tarvittaessa lähetteen jatkotutkimuksiin erikoissairaanhoidon. Jos kuulontutkimuksissa todetaan kuulokojeiden tai muun kuulon apuvälineen tarve, ne luovutetaan maksutta sairaalan kuulokeskuksesta tai kuulotasemalta. Kuulokojeet sovitetaan aina yksilöllisesti. Kansallisen suosituksen mukaisesti tavoitteena on saavuttaa molempien korvien hyvä kuulo kuulokojeiden avulla.

Kuulokojeita ja kuulon apuvälineitä voi hankkia myös yksityisiltä lääkäriasemilta tai kuulotalan maahantuojilta. Palvelut ja kuulon apuvälineet ovat tällöin maksullisia, ellei asiakkaalla ole julkisen terveydenhuollon tai vakuutusyhtiön maksusitoumusta yksityiselle palveluntuottajalle.

Oma myönteinen suhtautuminen ja motivaatio kuulokojeiden käyttöön ovat erittäin tärkeitä. Ne tukevat kuulokojeiden kautta tulevan äänimaailman oppimista. Kuuntelemista kojeiden kautta on hyvä harjoitella ensin tutussa ympäristössä. Omaisten ja muun lähipiirin kannustava suhtautuminen auttaa sopeutumista kuulokojeisiin.

Saatavilla on myös muita kuulemistä helpottavia apuvälineitä esimerkiksi television ja radion kuunteluun sekä herätyskellon, puhelimen ja ovikellon soiton havaitsemiseksi. Näitä apuvälineitä voi hankkia myös omalla kustannuksella jo ennen kuulokojeita. Kuulon apuvälineiden lisäksi kuntoutumista tukevat julkisen terveydenhuollon järjestämä kuntoutusohjaus, sopeutumisvalmennus ja puheterapia.

”Olin aktiivinen kulttuurin kuluttaja ja eläkeläiskerhossa kävijä. Vähitellen huomasin, että kuuleminen erityisesti ryhmätilanteissa oli minulle vaikeaa. Ystäväni kehotuksesta hakeuduin kuulontutkimuksiin. Sain lyhyen odotuksen jälkeen kuulokojeet molempiin korviin. Nyt voin taas huoletta osallistua kerhotoimintaan ja muihin kulttuuritapahtumiin.”

Armi, 72 v

OHJAUS, NEUVONTA JA VERTAISTEN TUKI

Sairaaloiden kuntoutusohjaajat opastavat kuulokojeiden ja apuvälineiden käytössä. Ohjausta ja neuvontaa saa myös Kuuloliiton jäsenyhdistysten kuulolähipalvelusta, joka on vapaaehtoisten tarjoamaa vertaistukeen perustuvaa

kuuloneuvontaa. Palvelu on maksutonta ja kaikille avointa ja sitä järjestetään palvelutaloissa ja muissa palvelupisteissä. Vertaisten tuen on todettu auttavan sopeutumista kuulokojeiden ja muiden apuvälineiden käyttöön.

Kuuloliitto järjestää myös sopeutumisvalmennuskursseja Kopolan kurssikeskuksessa Kuhmoisissa ja alueellisesti ympäri Suomea.



LISÄTIETOJA

Kuuloliitto ry
Ilkkantie 4
00400 Helsinki
p. (09) 580 3830
www.kuuloliitto.fi

KUULOLIITON NEUVONTAPUHELIN

maanantaisin klo 9.00–15.00,
p. (09) 580 3370

KUULOLIITON ALUETYÖNTEKIJÄT

Uusimaa 0400 802 667
Kaakkois-Suomi 0400 750 566
Itä-Suomi 0400 903 407
Lounais-Suomi 0400 844 600
Länsi-Suomi 0400 802 668
Keski-Suomi 0400 802 669
Oulun seutu 0400 168 164
Kainuu 044 346 9539
Lappi 0400 394 135



Ikäkuulo-projekti

