

Czy dobrze słyszysz?



A national charity since 1911



Format łatwy do czytania
Easy read

Polski Polish

How's your hearing?

Publikacja opracowana
wspólnie przez Action on
Hearing Loss oraz CHANGE



Oznaki niedosłuchu



Niedosłuch jest częstym zjawiskiem. W Wielkiej Brytanii jedna na sześć osób niedosłyszcy.



Początkowo możesz nie zauważyć zmian, ale są pewne typowe oznaki pogorszenia słuchu:



- Głośno nastawiasz telewizor, tak że przeszkadza to rodzinie.



- Masz trudności ze słyszeniem rozmów w pubach i restauracjach.



- Z trudem słyszysz przez telefon.



- Często prosisz ludzi, żeby powtórzyli.

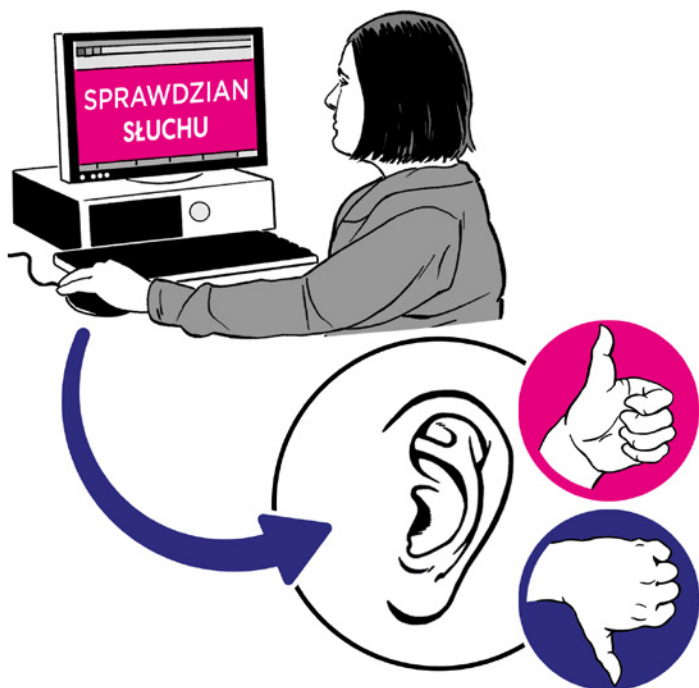


- Ludzie się skarżą, że ich nie słuchasz.



- Uważasz, że inni ludzie mówią niewyraźnie.

Co zrobić, jeśli uważasz, że niedosłyszysz?



Jeśli myślisz, że masz niedosłuch, skorzystaj z naszego szybkiego i łatwego sprawdzianu słuchu.

Sprawdzisz w ten sposób, czy masz dobry słuch, czy też należy pójść do lekarza rodzinnego (GP).



Nasz sprawdzian słuchu możesz wykonać przez telefon pod numerem **0844 800 3838** (opłata jak za połączenie lokalne).



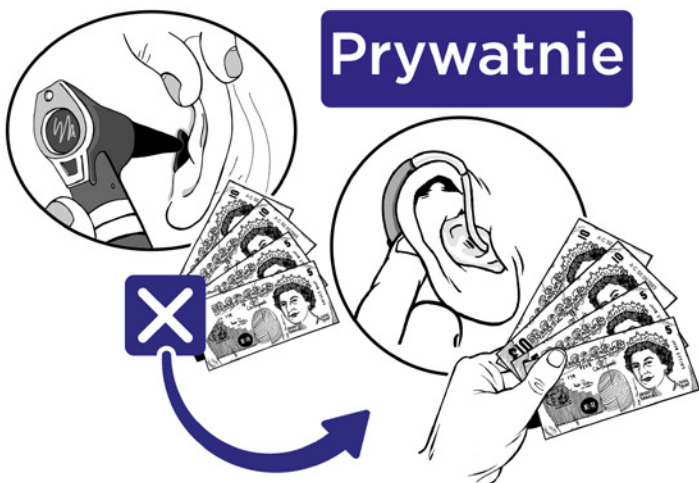
Możesz też zrobić to na naszej stronie internetowej: **actiononhearingloss.org.uk/hearingcheck**



Jeśli chcesz zrobić badanie słuchu prywatnie, nie musisz iść do lekarza rodzinnego.



Możesz jednak poradzić się najpierw lekarza rodzinnego, aby sprawdził, czy Twoje problemy ze słuchem nie są spowodowane przez coś, co można łatwo wyleczyć.



Wiele prywatnych poradni audiologicznych oferuje bezpłatne badania słuchu, ale trzeba zapłacić za aparat słuchowy.



NHS zapewnia cyfrowe aparaty słuchowe bezpłatnie.



Jeśli nagle utracisz słuch w jednym lub obojgu uszu, zadzwoń do lekarza rodzinnego lub do NHS 111.

Co dzieje się podczas wizyty u lekarza rodzinnego?



Lekarz zada Ci pytania na temat problemów ze słuchem.



Za pomocą małej, ręcznej latarki z soczewką powiększającą lekarz zbada wnętrze ucha.

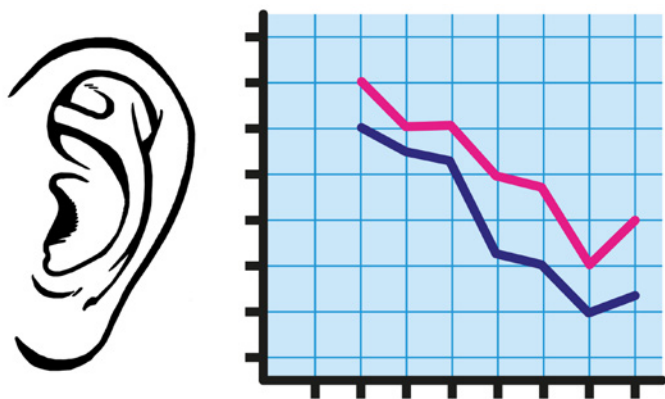


Może także wykonać proste badanie słuchu.



Jeśli nie ma oczywistej przyczyny pogorszenia słuchu, lekarz wyśle Cię na bezpłatne badanie słuchu do placówki NHS zajmującej się zaburzeniami słuchu.

Jak wygląda badanie słuchu?



Specjalista ds. słuchu (audiolog) przeprowadzi badania, aby sprawdzić stopień niedosłuchu.



Audiolog zada Ci pytania na temat Twojego niedosłuchu i zbada uszy.



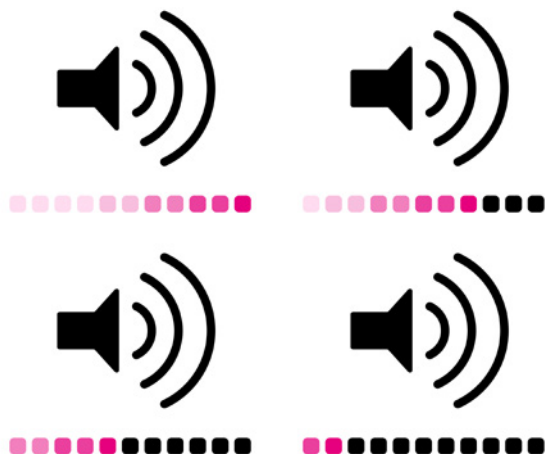
Zbada jedno ucho, a potem drugie.



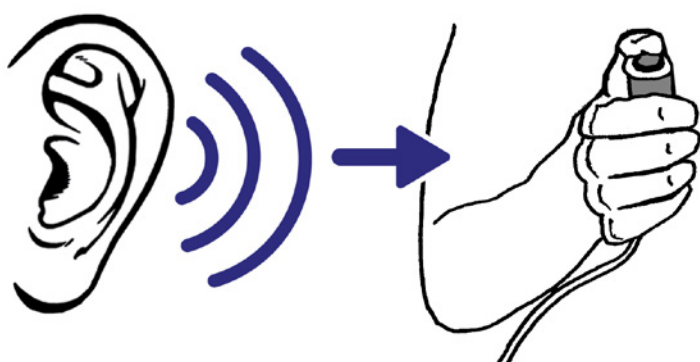
Badanie trwa 20 minut i nie jest bolesne ani nieprzyjemne.



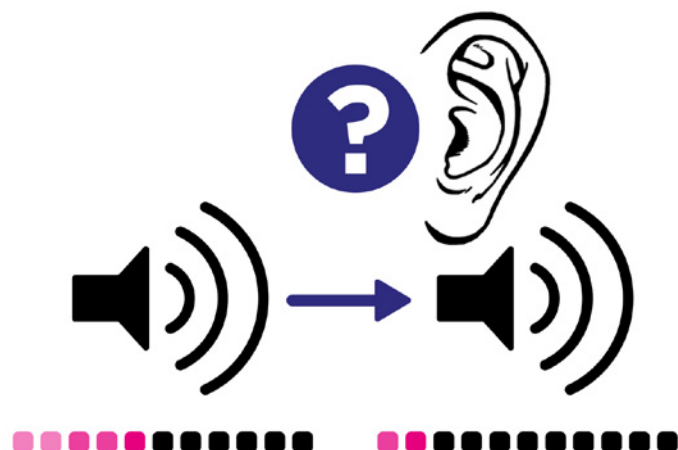
Podczas standardowego badania słuchu będziesz słuchać dźwięków przez słuchawki.



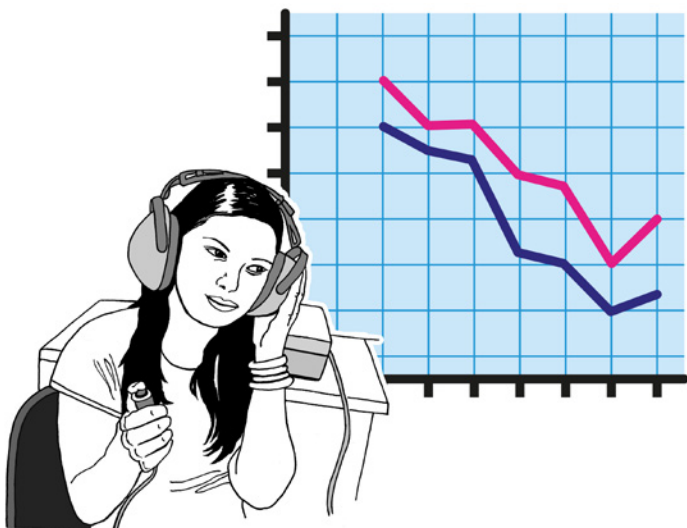
Usłyszysz dźwięki o różnych tonach i głośności.



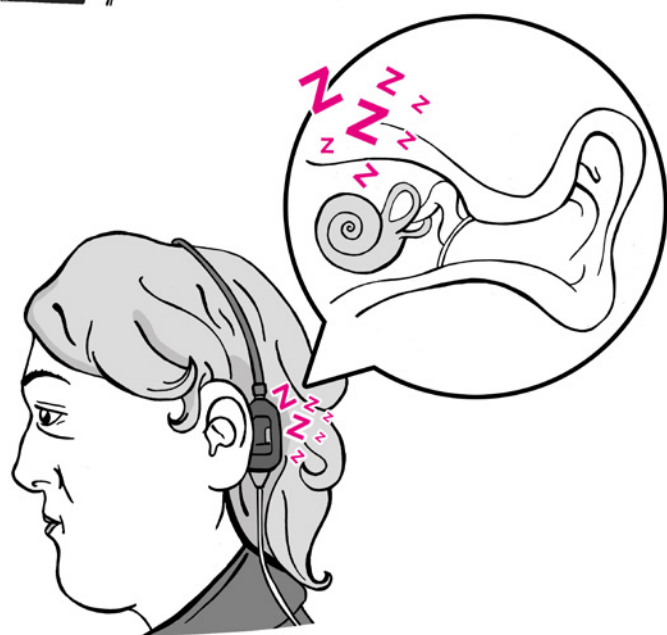
Twoim zadaniem będzie naciśnięcie przycisku lub podniesienie ręki, kiedy usłyszysz dźwięk.



Dźwięki będą coraz cichsze, żeby sprawdzić, jak ciche dźwięki słyszysz.

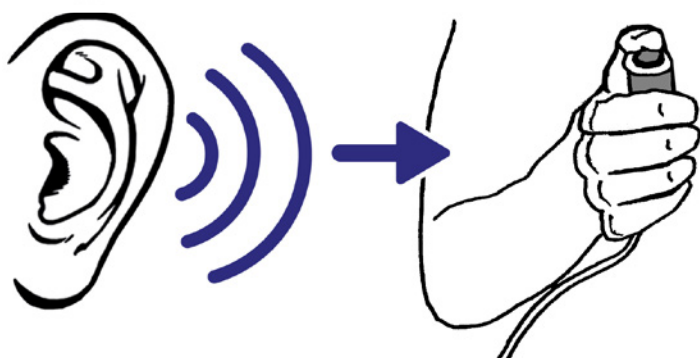


Wyniki zostaną zapisane na wykresie zwanym audiogramem.

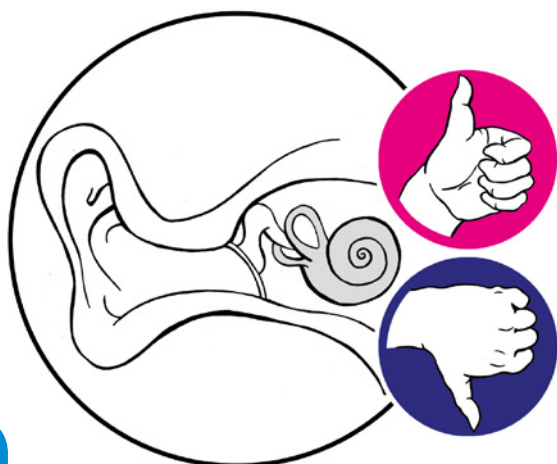


Następnie możesz zostać poproszony o założenie na głowę opaski z wibrującą płytką.

Płytką tą wysyła dźwięki przez kości głowy bezpośrednio do ślimaka, czyli narządu słuchu znajdującego się w uchu wewnętrznym.

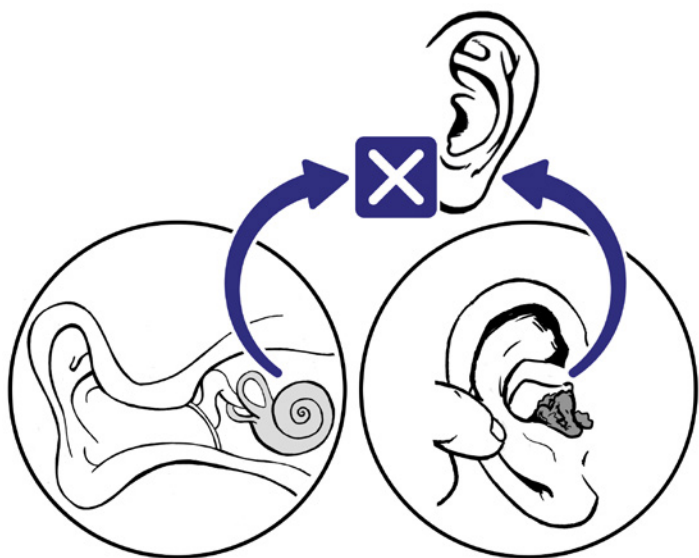


Twoim zadaniem będzie naciśnięcie przycisku lub podniesienie ręki, kiedy usłyszysz dźwięk.



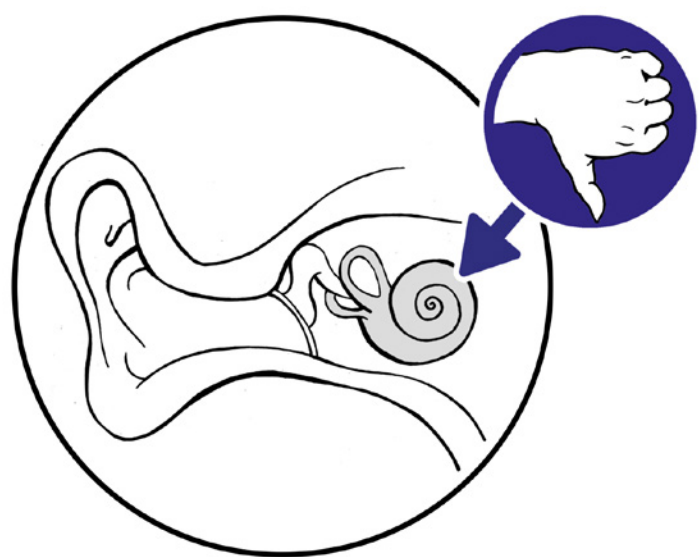
To badanie sprawdza, czy ślimak i nerw słuchowy działają i nie są uszkodzone.

Co dzieje się, jeśli badania wykazą niedosłuch?

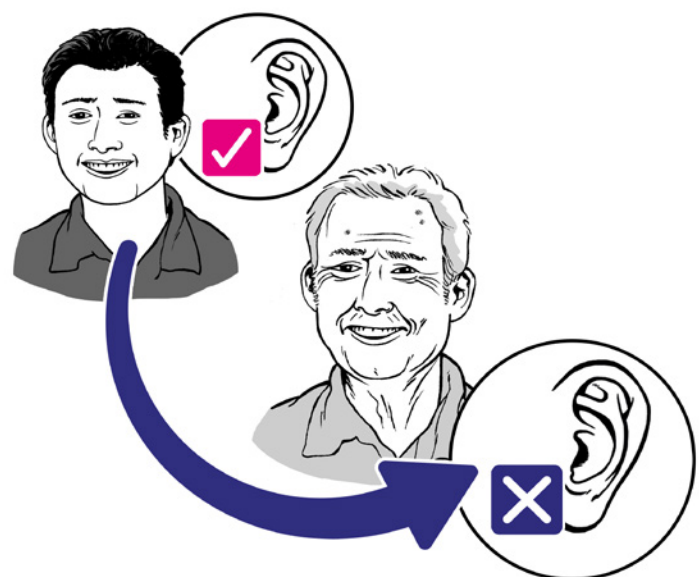


Audiolog powie Ci, czy masz niedosłuch i jakiego rodzaju.

Może to być niedosłuch odbiorczy, przewodzeniowy lub mieszany.

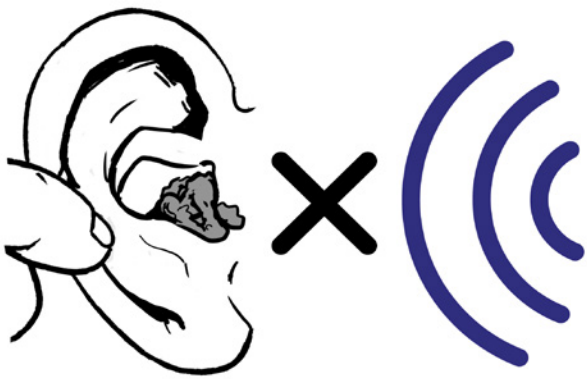


Niedosłuch odbiorczy jest wynikiem uszkodzenia ślimaka lub nerwu słuchowego w uchu wewnętrznym.



Jest to zmiana nieodwracalna, co oznacza, że stan się nie poprawi.

Wiele osób z wiekiem zaczyna cierpieć na tego rodzaju niedosłuch.

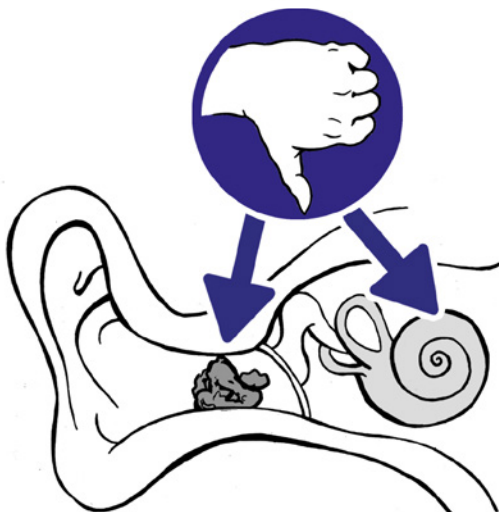


Niedosłuch przewodzeniowy ma miejsce, kiedy fale dźwiękowe nie docierają do ucha wewnętrznego.

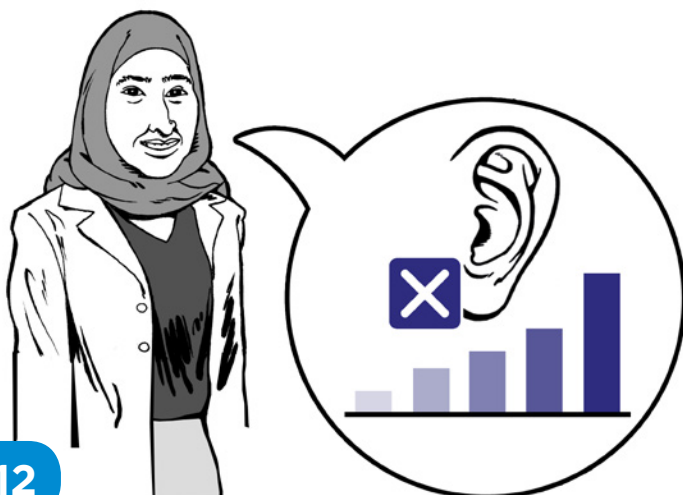
Zwykle przyczyną jest zatkanie przewodu słuchowego albo problem w uchu zewnętrznym lub środkowym.



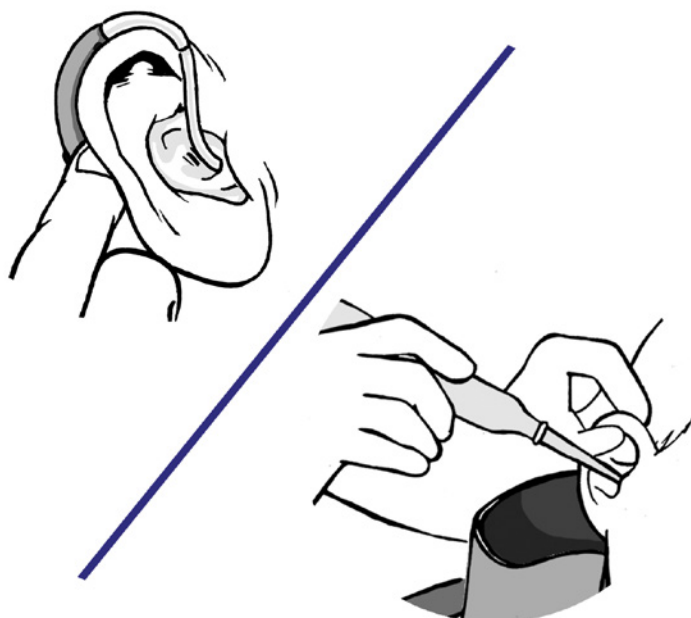
Niedosłuch tego rodzaju jest zwykle tymczasowy i często można go wyleczyć, ale czasami jest nieodwracalny.



Niedosłuch mieszany występuje, kiedy pacjent ma oba rodzaje niedosłuchu.



Audiolog powie Ci także, czy Twój niedosłuch jest lekki, średni, znaczny czy głęboki.

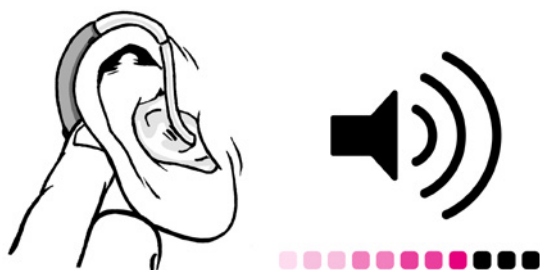


Audiolog powie, czy pomoże Ci aparat słuchowy albo czy można zastosować inne leczenie.



Możesz także otrzymać informacje o różnego rodzaju produktach i dostępnej pomocy w radzeniu sobie z niedosłuchem.

Co może Ci pomóc w przypadku niedosłuchu?



Aparaty słuchowe

Aparaty słuchowe nie leczą niedosłuchu, ale mogą być bardzo pomocne.

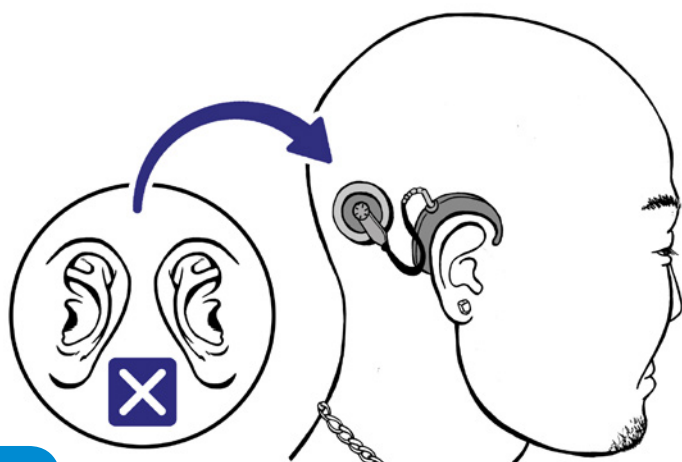
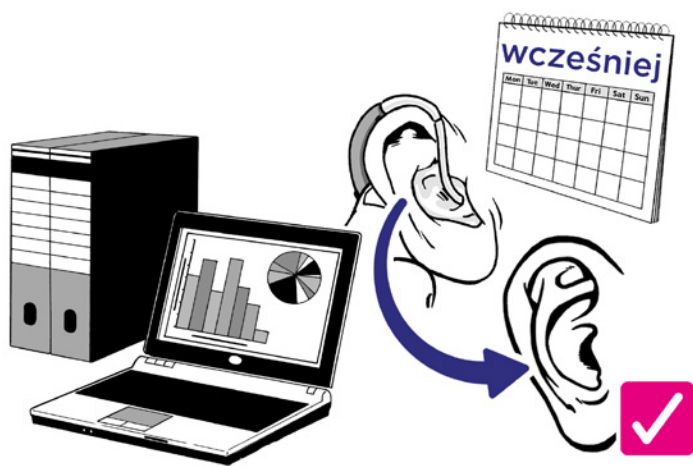
Dzięki nim dźwięki powinny być wystarczająco głośne, aby użytkownik aparatu mógł je usłyszeć.

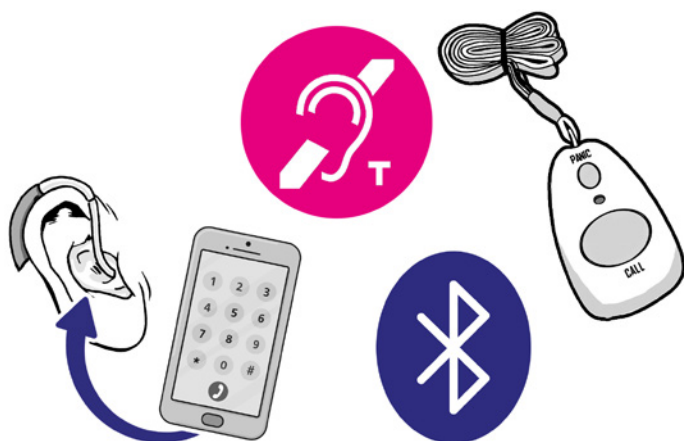
Niektóre badania pokazują, że im wcześniej człowiek zacznie nosić aparat słuchowy, tym bardziej aparat ułatwi słyszenie.

Implanty ślimakowe

Jeśli masz wysoki stopień głuchoty w obojgu uszach, możliwe może być zastosowanie implantu ślimakowego, aby pomóc Ci w słyszeniu.

Zapytaj o to audiologa.



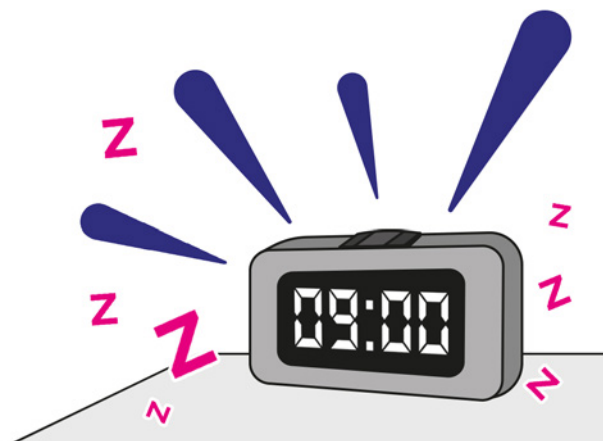


Produkty i technologia

Wiele produktów może pomóc Ci w przypadku niedosłuchu.



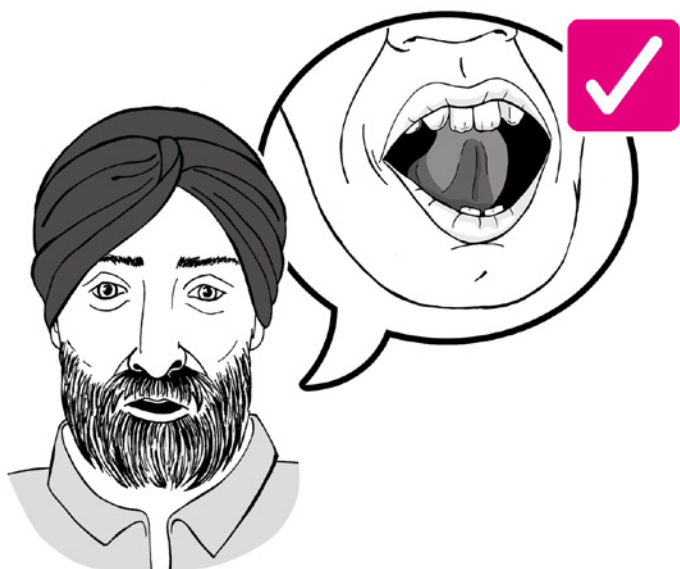
Możesz kupić telefon, który współpracuje z aparatem słuchowym.



Istnieją budziki i urządzenia alarmowe, które błyskają, wibrują lub są bardzo głośne, aby zwrócić Twoją uwagę.

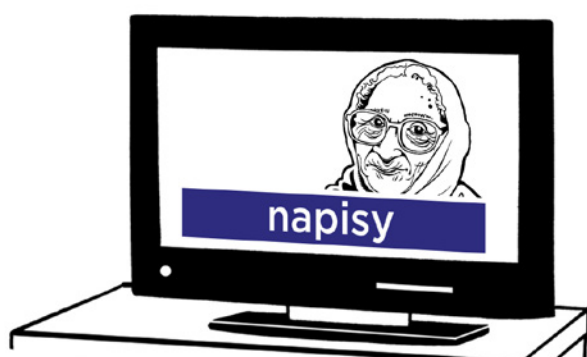


Osobiste wzmacniacze dźwięku mogą pomóc Ci lepiej słyszeć rozmowy, telewizję i muzykę pomimo dźwięków otoczenia.



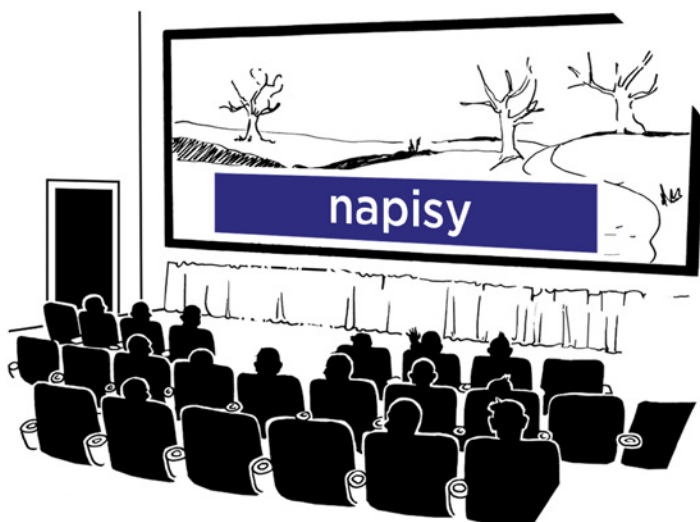
Nauka czytania z ruchu warg

Czytanie z ruchu warg polega na patrzeniu na usta osoby, z którą rozmawiasz, aby rozumieć, co ona mówi.

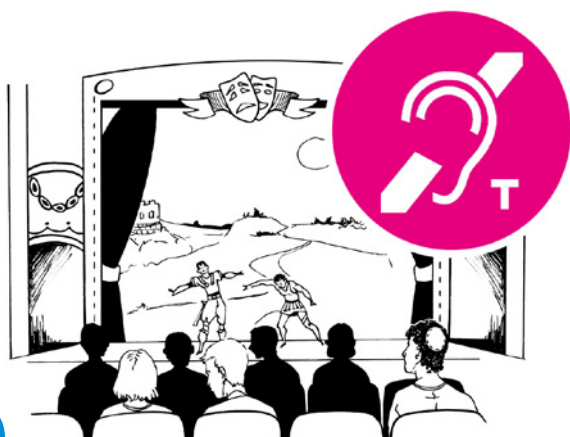


Opcje ułatwiające dostęp do rozrywki

Większość programów w TV i na DVD udostępnia napisy.



Wiele teatrów i kin oferuje specjalne spektakle lub pokazy filmów z napisami lub tłumaczem brytyjskiego języka migowego.



Może też znajdować się tam pętla indukcyjna lub systemy na podczerwień, aby pomóc Ci słyszeć pomimo dźwięków otoczenia.



W wielu muzeach i galeriach sztuki oferowane są także wycieczki z przewodnikiem dostępne dla osób niedosłyszących.



Inna pomoc

W związku z niedosłuchem możesz też być uprawniony do rządowej pomocy finansowej oraz wsparcia w zakresie wyposażenia i komunikacji.

Więcej informacji



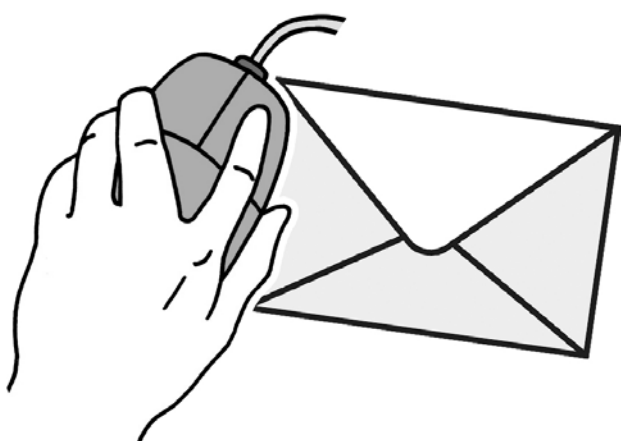
Specjaliści oraz osoby niedosłyszące pomagają nam pisać materiały informacyjne, aby były dokładne i rzetelne.



Więcej informacji
o niedosłuchu uzyskasz
pod numerem naszej
infolinii: **0808 808 0123**.



Możesz też wysłać
wiadomość tekstową pod
numer
07800 000 360.



Możesz wysłać e-mail do
information@
hearingloss.org.uk

Inne informacje z serii łatwej do czytania



Jak uzyskać aparat słuchowy?

Jak przywyknąć do aparatu słuchowego?

Wskazówki dotyczące komunikacji dla osób niedosłyszących

Wskazówki dotyczące komunikacji z osobami niedosłyszącymi



Action on Hearing Loss (dawniej RNID) jest największą organizacją pożytku publicznego w Zjednoczonym Królestwie pomagającą osobom cierpiącym na głuchotę, szumy uszne i niedosłuch. Oferujemy pomoc i opiekę, tworzymy rozwiązania technologiczne i terapie oraz prowadzimy kampanie na rzecz równości. Darowizny pozwalają nam kontynuować naszą ważną pracę. Więcej na ten temat można dowiedzieć się na stronie: **actiononhearingloss.org.uk**

Masz pytania na temat głuchoty, szumów usznych lub niedosłuchu? Skorzystaj z naszej bezpłatnej i poufnej infolinii:

Telefon **0808 808 0123**

Telefon tekstowy **0808 808 9000**

SMS **0780 000 0360**
(obowiązują standardowe opłaty za SMS-y)

E-mail **information@hearingloss.org.uk**

Bądź w kontakcie z nami

 **Action on Hearing Loss**

 **@ActionOnHearing**



Data publikacji: lipiec 2018 r. Wersja 1. Data aktualizacji: lipiec 2019 r.

Action on Hearing Loss jest nazwą operacyjną The Royal National Institute for Deaf People. Organizacja pożytku publicznego zarejestrowana w Anglii i Walii (207720) oraz w Szkocji (SC038926).
A1450/0918