
Informačný časopis pre sluchovo postihnutých



Trnavský Gong

Ročník 1 číslo 5

Máj 2014

Adresa TG: Zálazne 15, Smolenice, mobil 0907 757 695, email b.katka@zmail.sk, alebo

Poradensko-rehabilitačné centrum sluchovo postihnutých, Novosadská 4, 917 00 Trnava, tel. 0917 648 731

Email: poradenstvo.trnava@zoznam.sk



OBSAH:

- Obsah, Úvodné slovo, Poradensko-rehabilitačné centrum sluchovo postihnutých Trnavského kraja, kontakty	2
- Zo života RC, Výborova schôdza PRCSP TT, Pozvánka PRCSP TT,.....	3
- Ilava aj jej 15. výročie založenia, Plán činnosti PRCSP na rok 2014.....	4
- Odborný lekár a správna diagnóza	5-8
- Relax, Zopár vtipov na dobrú náladu.....	8
- Poézia od našich SP	9-
- Dobrý recept s TG, Kronika	10
- Zaujímavosti zo sveta sluchovo postihnutých – Monografia, Komunikácia s pacientmi/klientmi SP	
- Tinnitus, šumenie v ušiach ,Zdravotná pomôcka TnniTool EarLaser	11-13
- Záver.....	14

Úvodné slovo

Na jednom stretnutí som dostal otázku od účastníka odborného seminára : „**Kto je v skutočnosti nepočujúci?**“ Otázka skutočne na zamyslenie! Reálne správne by to mal byť človek, ktorý sa narodí nepočujúci. **Teda, od narodenia nepočuje a za normálnych podmienok ani za pomoci technických pomôcok, ktoré dnes máme, nie je schopný porozumieť reči vnímanej len sluchom.**

Ostatní ľudia, ktorí majú problém so sluchom, avšak im dostupné technické pomôcky pomáhajú „počuť“, sú sluchovo postihnutí a kategorizovaní do skupín: ľahko nedoslýchaví, stredne nedoslýchaví a ťažko nedoslýchaví. Využívajú teda technické pomôcky, ktoré im pomáhajú počuť a využívajú svoje zvyšky sluchu na normálnu komunikáciu s majoritnou spoločnosťou.

Prečo vyplynula táto otázka?

Preto, že sa v posledných rokoch veľmi rozmnožilo, **že mnoho mladých ľudí z radov stredne a ťažko nedoslýchavých s naslúchadlami sa v škole pre sluchovo postihnutú mládež, naučilo posunkovú reč a aj napriek tomu, že vedia bežne komunikovať, hlásia sa ku komunite nepočujúcich.** Prečo?

Pre sociálne výhody!

Bohužiaľ, pravda je taká, že mnoho legislatívnych úprav pozná iba pojem „Nepočujúci“ a ťažko sluchovo postihnutí sú odsunutí na okraj. Ich problematika a komunikácia je zatlačovaná do úzadia. **Pseudoodborníci z radov „nepočujúcich“ si osobujú práva „zastupovať a rozhodovať“ o ich problémoch!** To, že ostatní „sluchovo postihnutí“ vnímajú svoje problémy úplne ináč, akosi kompetentných nezaujíma, **alebo je pravdou, že do orgánov zastupujúcich problematiku sluchovo postihnutých k štátnym orgánom sa dostávajú výlučne iba „nepočujúci zástupcovia“.** Preto, je konečne na čase urobiť krok k tomu, aby ostatní sluchovo postihnutí presadili svojho zástupcu, ku ktorému majú dôveru a bude vedieť ich problémy presadzovať ku štátnym orgánom!

Pripravuje sa zmena v zastupovaní zdravotne postihnutých ku štátnym orgánom, **cítiť nekalý boj o získanie „moci“, byť tam „hore“, opäť z radov nepočujúcich,** navyše nedôveryhodných osôb, ktorým nikto seriózne nedal mandát **na zastupovanie problematiky sluchovo postihnutých!**

Takže, zobudte sa konečne a konajte, bráňte svoje práva. **Dňa 21.6.o 10 hod. Na Haanovej ul. 10 v Klube BA nepočujúceho spolku sa zídu a budú rozhodovať o nás cudzí! Mali by sme tam byť!**

===//===

Poradensko-rehabilitačné centrum sluchovo postihnutých občanov Trnavského kraja (opakovanie matka múdrosti, aby ste nezabudli)

Je zaregistrovaný od 28.3.2013, má vlastné IČO 42293022, účet 3130308656/0200 VUB Trnava. Sídlo je na **Novosadská 4, 917 00 Trnava** v budove Katolíckej jednoty. Vstup do dvora Katolíckej jednoty je aj malou bráňkou z Kollárovej ul. oproti Právnickej fakulty.

Poštu môžete zasielať na adresu: Poradensko-rehabilitačné centrum sluchovo postihnutých, Novosadská 4, 917 00 Trnava

Poradenské dni RC sú každý deň od 9,00 – 15,00 hod. okrem letných prázdnin. Každý, kto potrebuje informáciu, radu, či pomoc , môže zavolať, predzvonit' alebo napísať SMS na mobilné číslo 0917 648 731

===//===

Zo života RC

Výborová schôdza

Dňa 30.4.2014 sa v priestoroch Poradensko-rehabilitačného centra sluchovo postihnutých Trnavského kraja konala Výborová členská schôdza RC. Za bohatej účasti členov výboru i nečlenov sa riešili problémy v zmysle programu. Hostom bol aj docent Pavol Beňo, vyučujúci na Trnavskej univerzite. Prišiel Poradenskému centru ponúknuť spoluprácu na spoločnom projekte s univerzitou a naším Poradenským centrom. Okrem toho preberali členovia i organizovanie Dní zdravia, ktoré sa uskutočnia v Trnave. Prijali pozvanie na slávnostnú schôdzu k výročiu Ilavskej organizácie sluchovo postihnutých, ktorá sa uskutoční v sobotu 3. mája. Tiež prebrali i pozvánku na Baťov kanál od Skalického centra sluchovo postihnutých. Bohužiaľ, termín 15.5. (štvrtok) o 14,00 hod. mnohým pracujúcim SP členom nevyhovuje. Škoda, z minuloročnej akcie sa mnohí tešili a bolo skutočne vydarené podujatie s plavbou, posedením i s exotickým obsadením...

Ďalej členovia výboru rokovali o projektoch, ktoré by sa ešte mohli zabezpečiť a žiadať finančné prostriedky na aktivity SP členov.

===//===

Pozvánka Poradenského centra SP

Milí členovia v dňoch **19. – 20. júna sa v Trnave uskutočnia Dni zdravia** na ktoré vás i vašich rodinných príslušníkov i známych pozývame. Veríme, že naplníme očakávania a mnohým občanom Trnavy i trnavského kraja ukážeme, čo je to sluchové postihnutie, ktoré ohrozuje prakticky každého občana a ako sa dá žiť so sluchovým postihnutím, ako nám môže technika pomôcť žiť dôstojne a zaradiť sa do majoritnej spoločnosti.. Tešíme sa na vašu účasť.

===//===



Vystúpenie súboru pri príležitosti 15.výročia založenia ZO SP Ilava

Ilava a jej 15.výročie založenia

Dňa 03. mája 2014 sme sa na pozvanie zúčastnili jubilejnej výročnej schôdze v Ilave, ktorá sa konala v Dome kultúry v Ilave. Tento priestor bol poskytnutý sluchovo postihnutým zdarma.

Pripomínali si tam **15. výročie založenia Základnej organizácie sluchovo postihnutých Ilava**. Našimi zástupcami za Poradensko - rehabilitačné centrum sluchovo postihnutých Trnavského kraja boli pani **Hermína Štrpková** a pani **Jarmila Toblová**. Ďalšími hosťami boli: **Ing Štefan Daško - primátor mesta Ilava**, **Mgr Eva Bočincová - poslankyňa VUC Trenčín**, **Janka Hujová pracovníčka ÚPSVaR**, **MUDr. Púčíková - krčno, nosno a ušné odd. Ilava**, zo **ZO SP Trenčín** pani **Marta Rožnikova** a **Elena Eliašová**, zástupca **SP Pov. Bystrica** **František Kucej**, zástupkyňa **Bratislavského spoloku nedoslýchavých** **Jarmila Kuťková**, **Miloš Nemeček - šefredaktor časopisu Generácie**. Program robili deti zo **ZŠ Horná Poruba** pod vedením **Mgr. Janky Stanovej**, folklórny súbor **Vršatec** a do tanca nám hrala hudobná skupina z **Hornej Poruby** pod vedením **Ivana Stana**. Celou akciou sprevádzala **predsedníčka ZO SP Ilava** pani **Janka Gajdošová**. Pani Gajdošová bilancovala 15-ročné fungovanie ZO SP od založenia organizácie až po súčasnosť. Predstavila aktivity organizácie a plán činnosti na rok 2014. Táto organizácia za 15 rokov svojho fungovania zabezpečila množstvo aj medzinárodných podujatí, množstvo výletov, poznávacích zájazdov a rôznych prednášok pre svojich členov. Toto prispieva aj k rozširovaniu členskej základne, ktorá má dnes 207 členov. Pre mnohé organizácie by mohla byť ich činnosť inšpiráciou. Členovia výboru boli nápomocní pri zabezpečení hladkého priebehu podujatia. Počas schôdze boli ocenení jubilanti za prvý polrok 2014 - 19 jubilantov a zároveň 29 členov dostalo ďakovný list za pomoc a aktívnu prácu. Pre všetkých bolo zabezpečené občerstvenie. Spoločnosť **Widex Slovton** a ich zástupca (pán **Martin Kigyosi**) vystavovala komp. pomôcky a predstavila nové možnosti kompenzačných pomôcok pre nedoslýchavých. Tieto akcie sú veľmi prospešné, aby sa členovia organizácií stretávali a mohli si vymieňať skúsenosti a spoločne vystupovali pri presadzovaní záujmov sluchovo postihnutých občanov. Ďakujeme za pozvanie a príjemne strávený deň.

Jarka Toblová



Účastníci slávnostnej schôdze v Ilave

===//===

Plán činnosti PRCSP na rok 2014

(pre informáciu všetkým členom i nečlenom)

Poradensko-rehabilitačné centrum sluchovo postihnutých bude uskutočňovať vo vlastných priestoroch pravidelne každý mesiac **Výborové členské schôdze vždy v stredu o 14,00 – do 17,00 hod. Môžu sa ich zúčastniť aj radoví členovia, ktorí prejavia záujem zúčastniť sa ich, alebo chcú prispieť svojou pomocou, či názorom.**

Najbližšia Výborová členská schôdza sa uskutoční **4.6.2014**, v júni sa ešte uskutoční pre členov **Gulášpárty 21.6.2014** (informovať vás budeme včas). V júli a auguste je dovolenka, prípadne podľa finančných možností Letné aktivity – SRK. Po lete sa členovia výboru stretnú **3.9. 2014** a chceli by sme uskutočniť návštevu divadelného predstavenia pre naši členov (záujem o túto aktivitu nahláste

našej pani Andrejke v kancelárii). V októbri sa stretnú členovia výboru hneď prvý deň - **1.10. 2014**. Ako každý rok chceme opäť uskutočniť dňa **15.10.2014** Deň otvorených dverí pre všetkých občanov Trnavy. Tento mesiac, prípadne v novembri – podľa poskytnutých dotácií – chceme uskutočniť v spolupráci Fakultou zdravotníctva a sociálnej práce Trnavskej univerzity špeciálny Seminár. V Trnavskom Gongu vás o tejto akcii budeme včas informovať. Členovia výboru sa stretnú na schôdzi **5.11.2014** a opäť **26.11.2014** kvôli príprave akcie na Katarínske posedenie, ktoré plánujeme na **29.11. 2014**. V decembri na záver roka 2014 za zídu **3.12. a 17. 12. 2014** zas na Vianočnom posedení.

===//===

Odborný lekár a správna diagnóza.

Peter Tibenský – Naslúchadlá ... malá príručka nielen pre sluchovo postihnutých

Nie všetky sluchové poruchy sú rovnaké. Väčšinou sú kombináciou rôznych príčin a dôsledkov. Odborný lekár ORL (ušno-nosovo-krčný) zistí na základe vyšetrení a audiologických testov príčinu a druh sluchovej poruchy. V mnohých prípadoch ide hlavne o stratu sluchu – pacient počuje slabo, nezreteľne, pri slabšej hlasitosti hovoru nerozumie, nevie rozlíšiť zvuky a pod. Pri diagnóze je dôležité zistiť, „ako“ pacient nepočuje – akú ma stratu sluchu.

Strata sluchu sa meria špeciálnymi meracími prístrojmi – adiometrami, pomocou tzv. tónovej audiometrie. Výsledkom vyšetrenia sú údaje o veľkosti straty sluchu pacienta v závislosti na frekvencii zvuku – **audiogram**. Popri audiograme je možné a potrebné urobiť aj ďalšie doplnkové testy a vyšetrenia podľa odporúčania lekára (SISI test, Fowlerov test, kostné vedenie, prah bolesti, rečová audiometria, tympanometria a iné). Všetky uvedené a prípadné iné merania výraznou mierou spresnia diagnózu.

Rečová audiometria prispeje zároveň aj ku prvej kontrole vhodnosti vybraného naslúchadla. Dôležité je tiež vyšetrenie prahu nepríjemného počutia alebo prahu bolesti. Poškodený sluch je totiž v mnohých prípadoch veľmi citlivý na zvýšené hladiny zvuku, čo treba pri výbere a nastavovaní naslúchadla zohľadniť.

Správna diagnóza je krok podstatný. Od nej sa odvíjajú ďalšie kroky. O to dôležitejšia je hlavne u malých detí.

Problém diagnózy spadá do oblasti zdravotníctva (ORL a foniatria). Spôsob liečby straty sluchu odporučí odborný lekár. Možnosti je viac – od liekov až po komplikované operácie. V prípade, že nepomôže ani jedno ani druhé, zvyčajne sa odporučí kompenzácia straty sluchu naslúchadlami.

===//===

Výber naslúchadla

Na základe diagnózy a odporúčenia odborného lekára by sluchovo postihnutý mal nosiť vhodné kompenzačné naslúchadlá.

Co je to vlastne naslúchadlo? Stručne napísané, ide o malý elektronický zosilňovací prístroj. Je špeciálne konštruovaný a upravený tak, aby zosilnené zvuky boli privedené priamo do ucha sluchovo postihnutého.

Vo svete existuje veľké množstvo výrobcov naslúchadiel. Celkovo vyrábajú široký sortiment druhov a typov naslúchadiel. U nás síce nie je ponuka naslúchadiel až taká veľká, ale je dostatočná, aby bolo možné vhodné naslúchadlo vybrať.

Pri výbere naslúchadla so sluchovo postihnutým konzultuje odborník – akustik. Bohužiaľ, u nás odbornosť akustika oficiálne neexistuje. Treba sa spoľahnúť na služby foniatrických ambulancií alebo špecializovaných firiem.

Ak existuje dostatočné množstvo informácií o stupni a charaktere poškodenia sluchu, sú odborníci schopní odporučiť a vybrať sluchovo postihnutému vhodný druh a ty naslúchadla, nastaviť ho a pomocou testov overiť vhodnosť výberu. Neustále je potrebná konzultácia s pacientom, lebo popri čisto technických vlastnostiach je pri výbere dôležitý aj dojem samotného pacienta z akustiky naslúchadla. A zároveň môže sluchovo postihnutý posúdiť aj ďalšie vlastnosti naslúchadla: napr. veľkosť, farbu, cenu, doplnkovú úpravu a iné.

Ani druhý krok nemožno podceňovať, lebo pri zlom výbere a nastavení naslúchadla dosiahneme pravý opak – sluchovo postihnutý naslúchadlo odmieta. Je to logické – ak mu naslúchadlo nedokáže vhodné kompenzovať sluchovú stratu, tak ho nepotrebuje. V prípade, že sa zle vybrané a nenastavené naslúchadlo dá sluchovo postihnutému dieťaťu, je ďalšia práca a komunikácia s ním veľmi problematická. Samozrejme sa to môže prejaviť na jeho celkovom budúcom vývoji.

Zásada, že každý sluchovo postihnutý má mať vhodné a správne nastavené naslúchadlo by mala v každom prípade platiť. A je úplne logické, že pri obojstrannej poruche sluchu by mal nosiť dve naslúchadlá.

Nosením iba jedného naslúchadla pri obojstrannej poruche sluchu sa sluchovo postihnutý dostáva do situácie, keď v jednom uchu má síce dobre kompenzovanú poruchu sluchu naslúchadlom, ale cez druhé ucha bez naslúchadla prichádza slabý alebo skreslený signál. Výsledkom je opäť neúplná a nezrozumiteľná informácia. Aj na „odfiltrovanie“ a lokalizáciu hlukov a šumov i samotné porozumenie hovorenej reči v rušnom prostredí musí sluchovo postihnutý vynaložiť podstatne viac námahy.

Použitím dvoch vhodných naslúchadiel pri obojstrannej poruche sluchu sú obe strany kompenzované, zvuk je prirodzenejší a automaticky sa využíva aj smerový stereoeffekt. Sluchovo postihnutý sa podstatne lepšie orientuje a lepšie rozumie hovorenej reči aj v problematickejších situáciách. Okrem toho (z technického hľadiska) obe naslúchadlá môžu byť menej výkonné, prípadne sa dostatočná kompenzácia straty sluchu dosiahne už pri menšej nastavenej hlasitosti v naslúchadlách.

Pri výbere naslúchadla je treba sa riadiť jediným pravidlom:

Najlepšie naslúchadlo je také, ktoré dobre kompenzuje danú sluchovú poruchu a pacient je s ním spokojný.

Stručne povedané, ak aj má sluchovo postihnutý najdrahšie a najvýkonnejšie naslúchadlo, to ešte neznamená, že je pre jeho sluchovú vadu najvhodnejšie.

===//===

Učiť sa počúvať a rozumieť

Posledný krok je zvyčajne časovo a pre sluchovo postihnutého aj psychicky náročný. **Vo všeobecnosti sa mu nevenuje dostatočná pozornosť, je podceňovaný a zľahčovaný.**

Sluchovo postihnutý by mal začať nosiť svoje naslúchadlo čo najskôr po zistení sluchovej poruchy. Na naslúchadlo a jeho zvuk si musí najprv zvyknúť a naučiť sa s ním počúvať. Dôležitá je hlavne spolupráca s foniatrom a akustikom, aby sa prípadné problémy mohli ihneď odstrániť. Niekedy stačí nastaviť iba iné technické parametre naslúchadla, inokedy môže byť korekcia komplikovanejšia a časovo náročnejšia. Iba postupne je možné dosiahnuť prvé konkrétne výsledky – sluchovo postihnutý so svojim naslúchadlom vie počúvať a hlavne ním aj rozumie.

Používaním vhodného naslúchadla sluchovo postihnutý nestráca zvukový kontakt s okolím a čo je tiež dôležité, slucha sa neustále cvičí. V prípade, ak pacient dostane naslúchadlo až po dlhom čase od zistenia poruchy sluchu, je učenie sa počúvať oveľa komplikovanejšie a časovo dlhšie. Existuje aj nebezpečenstvo, že si sluchovo postihnutý na svoj problém s nepočutím a nerozumením jednoducho zvykne. Dokonca aj ľudia okolo neho sa časom „prispôbia“. Učenie sa počúvať je mu na príťaž, ba naslúchadlá môže úplne odmietať – to sa týka hlavne starších ľudí. **Podobný problém nastáva, ak pri obojstrannej poruche sluchu nosí sluchovo postihnutý naslúchadlo len na uchu s väčšou stratou sluchu.** Po dlhšom čase pacient na lepšie počujúcom uchu „zabudne počúvať“ a na uchu odmieta nosiť naslúchadlo.

Väčšina sluchovo postihnutých, ktorí práve dostali naslúchadlo, uvažuje jednoducho – zapnem a budem počuť. Už som však spomenul, že táto predstava nie je pravdivá.

S novým naslúchadlom sa treba intenzívne učiť počúvať a nenechať sa odradiť prípadnými problémami. Zosilnené zvuky môžu niekedy pôsobiť rušivo a znemozňujúco. Aby sa predišlo problémom, je vhodné absolvovať úvodný „tréning“ s naslúchadlom. Základné zásady tréningu s naslúchadlom uvediem v samostatnej kapitole.

V podstate rovnako zložitá situácia nastáva aj po výmene naslúchadla, alebo po jeho novom nastavení. Nové naslúchadlo je pravdepodobne technicky kvalitnejšie, prípadne sú nové parametre nastavené tak, aby lepšie kompenzovali sluchovú vadu. Pacient je však zvyknutý na zvuk svojho starého naslúchadla. Nové sa mu zdá „iné“. Opäť treba veľa trpezlivosti, ale pozitívny výsledok sa určite dostaví.

Na dlhší časový faktor pri učení sa počúvať s naslúchadlom treba znovu upozorniť, hlavne v súvislosti so sluchovými postihnutými deťmi. S nimi je situácia podstatne komplikovanejšia vzhľadom na problematické splnenie dvoch úvodných krokov. Hlavným dôvodom je malá komunikatívnosť sluchovo postihnutých detí. Vzhľadom na sluchovú a rečovú bariéru deti väčšinou nechápu, čo sa od nich pri audiometrických vyšetreniach a nastavovaní naslúchadiel požaduje. Nie vždy dokážu spätne zareagovať. Rozhodne by sa však prvé dva kroky t.j. správna diagnóza a výber naslúchadla, nemali

z uvedených dôvodov zjednodušiť alebo vynechať. Je potrebné ich aj za cenu opakovaných vyšetrení postupne splniť.

V každom prípade odporúčam pri akýchkoľvek problémoch spoluprácu s odborníkmi: foniater, akustik, surdopéd, psychológ atď.

=== /// ===

Ako počuje ucho

Sluch je spolu so zrakom najdôležitejším ľudským zmyslom. Vieme pomocou neho podľa zvukových podnetov analyzovať rôzne životné situácie. Dokážeme rozlišovať širokú stupnicu intenzít a frekvencií zvukov, rozpoznávame „farbu“ a zdroj zvuku, vieme približne udať jeho pôvod, charakter, smer, vzdialenosť. Sluch zároveň sprostredkováva aj rozličné vplyvy na náš duševný a celkový stav (emócie, zľaknutie, city). Najvýznamnejšiu úlohu má určite pri vzájomnom dorozumívaní medzi ľuďmi.

Činnosť ucha je dokonalá a zároveň aj veľmi zložitá. Sluchový orgán má tzv. periférnu a centrálnu časť. K periférnej časti patrí vonkajšie, stredné a vnútorné ucho. Centrálnu časť tvorí sluchová dráha a sluchové centrum v mozgovej kôre. V stručnosti možno konštatovať, že kým sa spracuje zvuková informácia, prebehnú veľmi komplikované procesy v sluchovom orgáne a mozgu človeka.

Zjednodušene možno činnosť sluchového orgánu popísať nasledovne: Zvukové kmity sa dostávajú vzdušnou cestou cez vonkajšie ucho k blanke bubienka. Stredné ucho ich mechanicky transformuje a prevádza na tekutiny vo vnútornom uchu. Tu sa vo vláskových bunkách tzv. Cortiho orgánu menia z mechanického pohybu na bioelektrickú energiu. Vzniknuté nervové vzruchy sú sluchovou dráhou vedené do mozgovej kôry. V mozgu, kde sa nachádza sluchové centrum, sa definitívne spracúvajú a vyhodnocujú zvuky prijaté z oboch uší.

Spôsob, keď zvuk rozkmitá tekutiny vnútorného ucha cez vonkajší zvukovod a stredné ucho sa nazýva „**vzdušné vedenie zvuku**“. Vnútroušné tekutiny možno rozkmitať aj prenosom vibrácií kosťami lebky. Takýto prenos zvuku sa nazýva „**kostrné vedenie zvuku**“.

Okrem samotného spracovania zvuku systém ucha dokáže efektívne filtrovať rušivé zvuky, čím automaticky uľahčuje rozumenie aj v hlučných a problematických situáciách.

===///===

Poruchy sluchu

Na správnej činnosti sluchového orgánu sa podieľa množstvo činiteľov (ústroje periférnej časti, nervové spojenia, mozog a iné). Vzhľadom na zložitosť procesu spracovania zvukovej informácie existuje aj veľké množstvo možností porúch. Problém diagnostikovanie sluchovej poruchy je zložitý a je výhradne v kompetencií zdravotníctva.

Pre ilustráciu spomeniem aspoň najbežnejšie poruchy sluchu, dôležité z technického pohľadu pre kompenzáciu naslúchadlami.

Strata zosilnenia.

Tento druh sluchovej poruchy je relatívne najjednoduchší a teda aj najľahšie technicky kompenzovateľný. Spočíva v tom, že pacient počuje všetko slabšie. Naslúchadlami je strata zosilnenia veľmi dobre kompenzovateľná a pozitívne výsledky sa zvyčajne dostavia v krátkom čase.

Strata zrozumiteľnosti.

Strata zrozumiteľnosti sa vyskytuje dosť často. Pacient síce môže dobre počuť, čo sa týka samotnej hlasitosti, ale nerozumie obsahu. V praxi je takmer vždy komplikovaná aj stratou zosilnenia. Zvlášť výrazne sa porucha prejavuje v rušnom prostredí, kedy ucho nevie odlíšiť užitočný signál od ruchu okolia. Dosť obtiažne sa technicky kompenzuje – kladené sú vysoké nároky na výber a nastavenie naslúchadiel a aj na samotné učenie sa počúvať.

Strata rýchlosti prenosu informácie.

Pri spracovaní zvuku medzi vonkajším uchom a sluchovým centrom v mozgu prebehne vždy určitý čas. Časový posun je v prípade uvedenej sluchovej vady porušený a nekonštantný. V konečnom dôsledku pacient nerozumie informácii.

Strata dynamiky.

Porucha sa prejavuje vo zvýšenej citlivosti na silné zvuky, ktoré sú pre pacienta veľmi nepríjemné až bolestivé. Naproti tomu sluchovo postihnutý počuje zvuky so slabšou intenzitou veľmi slabo, resp. im nerozumie. Strata dynamiky si vyžaduje výber kvalitných naslúchadiel s funkciou AGC. Pri nastavovaní treba osobitne zohľadniť sluchovú hranicu bolesti pacienta.

Porucha spolupráce uší.

Ide o poruchu v sluchovom centre, znemožňujúcu správne spracovanie informácie. Obe uši síce samostatne pracujú normálne, ale výsledné spracovanie informácie je chybné a skreslené – pacient nerozumie. Do podobnej situácie možno „dostať“ pacienta aj umelo, ak sa mu napríklad pri obojstrannej poruche sluchu prideli iba jedno naslúchadlo.

V praxi sa uvedené „jednoduché“ vady sluchu vyskytujú menej často. Zvyčajne sú navzájom kombinované (napr. Strata zosilnenia plus strata zrozumiteľnosti), alebo sú ešte navyše komplikované ďalšími poruchami sluchu a poruchami iných zmyslov a orgánov.

Z hľadiska posúdenia stupňa sluchovej straty delíme poruchy sluchu na **ľahké, stredné a ťažké**. Stupeň sluchovej straty určuje na základe vyšetrení odborný lekár (foniater).

Uvedený stručný prehľad naznačuje, aké je asi dôležité a zároveň problematické určiť správnu diagnózu a následne vybrať a nastaviť naslúchadlo.

====//====

RELAX

Zopár vtipov na dobrú náladu:

- **Mojím koníčkom je akvárium, pri ňom vydržím hodiny a hodiny.**
- **A čo k tomu hovorí manželka?**
- **Čo je ju potom, čo robím v kancelárii?!**

- Prečo si včera neprišiel do práce?
- Pretože som sľúbil, že nikdy nebudem do práce chodiť opitý.

Pani Zaujecová príde do predajne zeleniny a praje si:

- **Prosím si kilo zemiakov.**
- **Menšie alebo väčšie - pýta sa predavačka.**
- **Radšej malé, tie veľké by som domov neunesla.**

Obrátil sa zákazník na holiča:

- **To ma budete holiť s tou britvou ako minule?**
- **Samozrejme, pane.**
- **Tak by som si prosil narkózu!**

Do blázinca prišiel nový riaditeľ, zvolal všetkých pacientov, aby sa predstavil:

- **Dobrý deň, som váš nový riaditeľ!**

Zo zadu sa ozve hlas:

- **Všetci sme tak začínali...**

- **Mamička, koľko kalórií má ryža?**
- **Neviem, záleží na tom dcérka, čím to ješ.**
- **Keď jem vidličkou, tak koľko?**



Ja na tej formule určite vyhrám!

(foto Halaničová)

MOTTO

**Život má pre človeka cenu až vtedy,
ak z neho môže rozdávať.**

(Il'ja Iljič Mečnikov)

Poézia od našich SP

Májový večer

Dušan Kuba

Májový večer
nad kraj sa skláňa.
Podaj mi rúčku,
milá moja,
a kráčaj so mnou.
V kvitnúcim sade
jablone stoja
pokorne mlčanlivé.
Budú to tajní

svedkovia lásky
Našej lásky.
Vôňu ich kvetov
vpletiem ti do vlasov.

Do očí vložím ti
najkrajšiu hviezdu jas.
Potom ich všetky
spolu spočítame.
Na chvíľu zastavíme čas.

SVET TICHÁ

Valéria Halaničová

Prečo existuje aj takýto svet, svet ticha,
Bez hudby a krásnych viet?

Ved' ja by som ich tak rád počul.
Ten žblnkot vody pretekajúcej potokom,
ba i spev vtáčka trilujúceho lesom.
Spev našich mám, ukladajúc deti do kolísky,
i otcov zvýšený hlas,
keď občas som bol tak nezbedný.

Čo všetko by som dal za tu krásnu pieseň
No osud nedoprial mi, som len väzeň ticha.
Už prešli čierne chmáry a na všetko sa zvyká.
My buďme vďační za to, čo nám Boh dal,
ved' nie sme poslední, ktorých on tak skúšal.
====//====

Stojím tu na strážni na krehkej hranici,
strážim tu životy matiek a detí.
Aby sa národy nevyvržďovali pre iné názory,
Pre inú farbu pleti.

V lístočku temno kytička vďaka uvitá z veršov.
Láska ju vila. Patrí len tebe za všetko dobro,
Ktoré som prijal od teba, mamička milá.

====//====

Dobrý recept s Trnavským Gongom

A bledý starý mládenec,
čo večne družku hľadá,
nakukne do nášho objatia
chápaným úsmevom.
Skúsiš mu pohroziť,
aby nás neprezradil.
Potom sa odovzdáme snom.

V snivani zavediem ťa
do ríše rozprávok.
O krásnej princeznej.
O malom kráľovstve,
kde zloby, krivdy niet.

V kráľovstve tomto vypijeme
plnú čašu ľúbosti,
zabudnúc na celý svet.

(zo zbierky Keď z veršov dýcha láska)



Ku dňu matiek od Dušana Kubu

List matke

Mamička moja, mamička drahá,
ku tvojmu sviatku posielam ti tento list.
Prepáč mi mama, veľmi ma mrzí,
ale ja teraz nemôžem k tebe prísť.

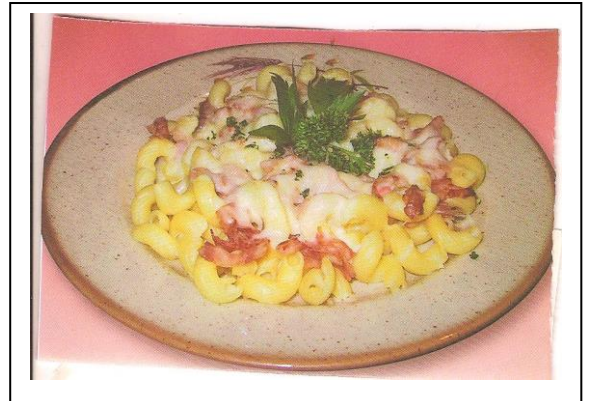
Ukončím významnú mierovú misiu,
čoskoro domov sa ku tebe vrátim.
Bude zas veselo, ako to bývalo.
V službe nás vymenia bojovní kamaráti.

Zapekané cestoviny so šunkou a syrovou omáčkou

400g cestovín motýliky, soľ, 200g šunky, 200g eidamu
200g šľahačky, 200g mlieka, 30g maizeny, muškátový
oriešok, vegeta.

Uvaríme cestoviny, posypeme nakrájanou šunkou,
prelejeme syrovou omáčkou a dáme zapiecť do
rúry na 10 minút pri 200 stupňoch.

Syrová omáčka: Dáme variť mlieko, smotanu,



pridáme vegetu, necháme zovrieť, zahustíme maizenou rozmiešanou v troške vody.
Pridáme nastrúhaný eidam a prevaríme. Dochutíme nastrúhaným muškátovým orieškom.

===//===

KRONIKA

Naši Jubilanti

Milí jubilanti, keďže redakcia nemá zatiaľ informácie, kto z vás oslávil alebo oslávi svoje okrúhliny, aj tak vám všetkým jubilantom a oslávencom patrí tento veršík.

Prijmite náš vinš skromný, na deň vášho sviatku,

Želáme vám zo srdca šťastie v každom riadku.

Nech slnko šťastia svieti, nech vám láska srdce hreje,

Nech máte všetko, po čom srdce túži, nech vám nikdy smutno nie je.

Nech vás ľudia majú radi, rodina i kamarádi.

To všetko vám prajeme váš sviatok krásny.

Dňa 25.mája oslávi krásne okrúhle
životné jubileum 60 rokov
naša dlhoročná funkcionárka a
členka RC Trnava **Jarka TÓBLOVÁ**
Do ďalších rokov života jej prajú
pevné zdravie, šťastie a pohodu
členovia a výbor RC.
Ku gratulácii sa pripája redakcia
TG a pracovníci PRCSP Trnava.

Keďže tento mesiac oslávil svoj
sviatok aj všetky naše mamičky,
prajeme im všetci to najcennejšie,
zdravie, šťastie, pohodu a našu
lásku.

===//===



Zaujímavosti zo sveta sluchových nutých

Monografia

O aktuálnosti publikácie svedčí fakt, že 2.10.2009 sa na Fakulte zdravotníctva a sociálnej práce Trnavskej university v Trnave konala historicky prvá konferencia na Slovensku zameraná špecificky na aspekty komunikácie so sluchovo postihnutými v zdravotníctve. Aj nasledujúce dve konferencie v r. 2010 (Prešov) a 2011 (Trnava), ktoré vydaniu tejto monografie predchádzali, vo svojich záveroch konštatovali pretrvávanie problému v oblasti vzdelávania zdravotníkov, ale aj sociálnych pracovníkov, ktorí v našich podmienkach sú málo pripravení na vysoko kvalitné poskytovanie zdravotnej starostlivosti pacientom so sluchovým postihnutím. Zároveň poukázali na výrazné nedostatky v oblasti poskytovania sociálnych služieb pre osoby s postihnutím sluchu, (tlmočenie do posunkového jazyka a pod.). Monografia vychádza zo skúsenosti lekárov, sestier, odborníkov z oblasti pedagogiky a sociálnej práce ako aj skúsenosti samotných pacientov so sluchovým postihnutím postihnutím. Snaží sa zvýšiť povedomie zdravotníckeho personálu o potrebách pacientov so sluchovým postihnutím, nakoľko pomerne často sa stáva, že medzi pacientom a lekárom, či sestrou vzniká komunikačná bariéra. Autorkou prvej kapitoly, s názvom „Právne aspekty zdravotnej starostlivosti o pacienta s postihnutím sluchu,“ je Mgr. et Mgr. Silvia Capíková, PhD., z Lekárskej fakulty UK v Bratislave Uvedená kapitola je odozvou na prebiehajúcu juridizáciu medicíny, ktorá priniesla rad právnych nástrojov, ktoré zaručujú pacientom so sluchovým postihnutím rovnakú možnosť aktívne participovať na poskytovaní zdravotnej starostlivosti. Autorkou druhej kapitoly, s názvom „Etiológia, klasifikácia porúch sluchu a komunikačný systém osôb so sluchovým postihnutím,“ je doc. PaedDr. Darina Tarcsiová, PhD., ktorá na území Slovenskej ale i Českej republiky patrí k renomovaným odborníčkam venujúcim sa pedagogike sluchovo postihnutých. Tretia kapitola sa venuje komunikácii so sluchovo postihnutými v zdravotníctve a sociálnej práci. Autorom je doc. PharmDr. Pavol Beňo, CSc., ktorý je detstva sluchovo postihnutý. V úvode je historický exkurz do problematiky vzťahu zdravotníckych pracovníkov a pacienta so sluchovým postihnutím. Gro kapitoly tvoria špecifiká komunikácie s pacientmi a klientmi so sluchovým postihnutím a základné charakteristiky pacientov či klientov so sluchovým postihnutím, bez ktorých poznania by zdravotnícki pracovníci nemohli kvalitne a plnohodnotne vykonávať svoju prácu vo vzťahu k pacientovi so sluchovým postihnutím. Čiže v súlade s Moorovou zásadou „ Najprv poznaj, potom vychovávaj,“ i keď v tomto prípade ošetruj. Autori vyslovujú aj úprimné poďakovanie Nadácii Slovenskej sporiteľne za podporu projektu vydania tejto knižnej publikácie, ktorá môže prispieť k postupnému zlepšeniu dostupnosti zdravotnej starostlivosti pre našich sluchovo znevýhodnených spoluobčanov. V tomto roku autori pripravili a odovzdali na vydanie druhé, rozšírené a prepracované vydanie.

Doc. PharmDr. Pavol Beňo, CSc.

====//====

Komunikácia s pacientmi / klientmi s postihnutím sluchu.

Zostavovatelia: Pavol Beňo, Darina Tarcsiová, Libuša Radková. Typi Universitatis Tyrnaviensis, 2012. ISBN 978-80-8082-536-2. 418 strán. CD zborník vedeckých prác. Recenzenti: M. Šramatá, J. Otrubová.

Práce kolektívu prispievateľov sú v zborníku tematicky rozdelené do troch sekcií. V prvej sekcií Aspekty komunikácie v zdravotníctve sú v 12 príspevkoch preberané teoretické a praktické aspekty komunikácie so sluchovo postihnutými osobami v zdravotníctve. Druhá sekcia s 5 príspevkami je obsahovo zameraná na právne a psychologické aspekty porúch sluchu. Tretia sekcia zostavená z 9 príspevkov je obsahovo zameraná na aspekty komunikácie so sluchovo postihnutými v oblasti sociálnej práce. Zborník vedeckých prác je ďalším príspevkom k obohateniu slovenskej zdravotníckej literatúry, ktorá je zameraná na komunikačné bariéry na ktoré narážajú naši sluchovo znevýhodnení spoluobčania pri poskytovaní zdravotnej starostlivosti a možnosti ich prekonávania. Do zborníka prispeli autori zo slovenských aj českých vysokoškolských univerzitných pracovísk. Za podporu vydania patrí poďakovanie Fakulte zdravotníctva a sociálnej práce a Nadácii Slovenskej sporiteľne.

Doc. PharmDr. Pavol Beňo, CSc.

===//===

Tinitus – šumenie v ušiach

Tento problém pozná mnoho ľudí. Najskôr sa ho snažia ignorovať a dúfajú, že to časom ustane. Naozaj tomu tak môže byť a to hlavne u akútneho stavu. Vo väčšine prípadov však nie. Prečo k tomu dochádza? Na toto nevedia odpovedať presne ani lekári.

Vedeli ste, že tinitus je o subjektívny a objektívny?

Objektívny tinitus sa dá zachytiť mikrofónom, no jeho výskyt je veľmi vzácny. Ide o zvuky, ktorá pochádzajú zo zmenených ciev alebo svalov. Niekedy ho môže počuť aj iný človek a to dokonca bez použitia špeciálnej techniky. Subjektívny tinitus je zvuk, ktorý vníma človek subjektívne. Vzniká v dôsledku porúch centrálného nervového systému alebo v dôsledku porúch analyzátoru sluchu. Niekedy sa jedná o ochorenia chrčnice, ale šumenie v ušiach môže spôsobovať aj užívanie určitých druhov liekov. Väčšina ľudí trpí práve subjektívnym tinitusom. Odhalenie príčin tinitusu býva pomerne zdĺhavé a príčina nemusí byť odhalená. Tinitus sám nie je choroba, ale príznak vážnejšieho ochorenia. Príčina môže byť neznáma (a to je väčšina prípadov), ale môže ísť o ochorenia vonkajšieho, vnútorného alebo stredného ucha, o poškodenia centrálného nervového systému. Príčinou môže byť aj nadmerná tvorba ušného mazu alebo zápal stredného ucha. Tinitus nie je život ani zdravie ohrozujúci stav, je však pre pacientov veľmi nepríjemný. Stáva sa, že ľudia, ktorí ním trpia, nie sú dokonca ani schopní chodiť do práce a trpia vážnymi psychickými problémami. Pokiaľ ide o tinitus, väčšinou sa nedajú presne zistiť jeho pôvod a príčina, a preto je prípadná liečba problematická. Väčšinou však pacienti pomáhajú „maskovanie“ tinitu, kam patrí aj počúvanie hudby pri zaspávaní. Aj moderná liečba je založená na tomto princípe. Ako teda zvíťaziť na tinitusom? Ak sa jedná o chronický dlhodobý tinitus, pri ktorom sa nepodarilo zistiť príčinu, je potrebné sa s ním naučiť žiť. Znie to síce jednoducho a mnohí sa teraz zasmiali, že to nie je také jednoduché. Máte pravdu. Nie je to jednoduché a tak Vám dáme aspoň zopár tipov. Nezaručujeme výsledok, ale za vyskúšanie stoja. Na internete nájdeme množstvo "zaručených" návodov, ako nad tinitusom zvíťaziť. Každý si však musí nájsť svoj vlastný prostriedok. Najhoršie je pre ľudí trpiacich tinitusom zaspávanie, pretože vtedy nastáva všade ticho. Vo všeobecnosti by sa títo ľudia mali vyhýbať úplne tichým miestam. Je vhodné

mať aspoň potichu pustenú hudbu alebo televíziu, aby sme naše sústredenie presmerovali a nevnímali len zvuky z našej hlavy. Skúste sa vyhýbať stresu, trochu oddychovať. Zmňte stravovacie zlozvyky a nepresádzajte jedlá. Za pokus určite stojí aj doplnenie niektorých vitamínov ako magnézium, zinok alebo vitamína A a B. (Mgr. Odrašková)

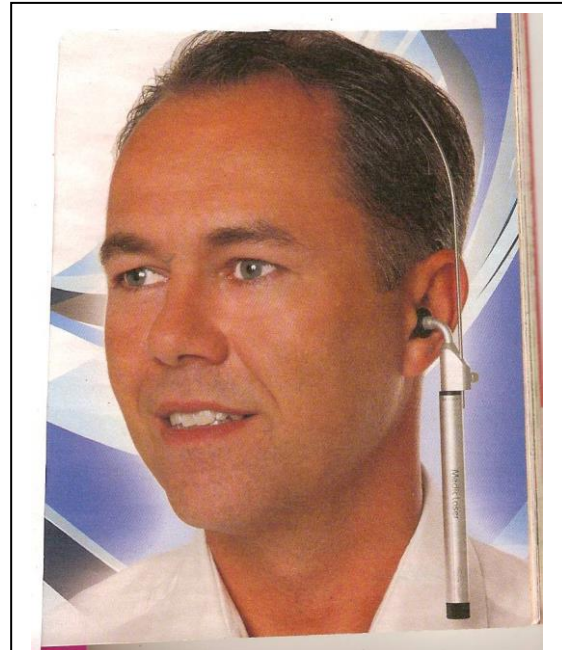
TinniTool EarLaser

Najúspešnejšia terapia na ochorenie vnútorného ucha pre domáce liečenie:

- Tinnitus (zvonenie v ušiach)
- Čiastočná hluchota kvôli zvoneniu v ušiach
- Meniérov syndróm
- Ušný tlak
- Akútna strata sluchu
- Deformácia sluchu

Tento prístroj bol zaradený Štátnym ústavom pre kontrolu liečiv do registra zdravotných pomôcok.

www.tinnitus.sk 0905 500 150



Folklorný súbor senior Vršatec pri 15. výročí založenia ZO SP v Ilave



Detský zbor zo ZŠ Horná Poruba pri vystúpení pri príležitosti 15.výročia založenia ZO SP Ilava

**Mat' rád ľuďí a milovať ľuďí,
to je celé tajomstvo a snáď jediný recept
na šťastie.**

(Ján Werich)

Milí sluchovo postihnutí, ak vás náš TG zaujal a máte záujem ho dostávať, môžete si ho objednať v Poradensko-rehabilitačnom centre sluchovo postihnutých, Novosadská 4, 917 00 Trnava , na mobile č. 0917 648 731. Môžeme vám ho posielat' aj emailovou poštou, ak zašlete svoju emailovú adresu do redakcie TG

Číslo TG máj 2014 spracovala Katarína Brázdovičová