



Trnavský Gong

Ročník 2 číslo 9

September 2015

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

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

Email: poradenstvo.trnava@zoznam.sk



Príprava Ustanovujúceho kongresu novej „strechy“ SP v Bratislave

OBSAH:

- Obsah, Úvodné slovo,	2
- Zo života RC- PRCSP info , Máme novú „strechu“	3
- Letná opekačka, ZO Ilava a jej aktivity.....	4
- Výlet na Moravu, Tri dni na Konopníšti a v stovežatej Prahe.....	5
- Výlet na sv. Hostýn a Baťov Kanál	6
- Rozhovory s SP, Radíme Vám-.....	7-8
- Relax – Vtipy, Poézia našich SP-	9-10
- Dobrý recept s TG.....	10
- Kronika-Naši jubilanti, Zaujímavosti zo sveta sluchovo postihnutých , Otecko a Kl.....	11
- Príčiny ušného šelestu II. časť, Maskovanie ušného šelestu, Ochrana pre hlukom.....	12- 14

Úvodné slovo

Náhodou sa mi dostal do rúk istý časopis a našla som v ňom článok „Nepočujúce dieťa“, ktorý ma v niečom zaujal. Mnohí funkcionári si predčasom našli vo svojich emailových schránkach výzvu na podporu kvalitných načúvacích prístrojov pre nepočujúce deti.... A práve v tomto článku som mala možnosť si prečítať o čo vlastne ide a kto za tým všetkým stojí. Následne som si mohla v televíznych správach pozrieť aj informáciu o tejto rodinke, ktorá predstavila svoj malý „zázrak“ Matka.

Čo ma však na tom všetkom šokovalo, že trojročné „nepočujúce“ dieťa , ktoré sa hralo, odpovedalo na otázky matke bez toho, aby sa jej pozrelo na ústa. Počujúca verejnosť by to ani nepostrehla, avšak ak je dieťa „nepočujúce“ aj napriek tomu, že má načúvací prístroj, by neodpovedalo bez toho, aby sa na matkine ústa nepozrelo. Z pohľadu skúsených sluchovo postihnutých je to čosi nezvyčajné. Nevieť ako vy, ale ja so 100% hluchotou, aj napriek tomu, že pomocou NA veľmi dobre komunikujem, mám problém komunikovať bez toho, aby som nesledovala ústa hovoriacej osoby. Nikdy sa nepovažujem za nepočujúcu, ale za sluchovo postihnutú. Preto je skôr otázka- má sa to dieťa nazývať „nepočujúce“? Alebo či je správne používať v takomto prípade tento výraz ?

Rodičia by mali byť nadšení a šťastní, že ich dieťa takto dobre komunikuje a netvrdiť, že ich dieťa je nepočujúce. Ich dieťa má obrovské šťastie, že má milujúcich rodičov, ktorí sú napr. finančne na tom veľmi dobre, majú jazykové znalosti a možnosti, aby mu zabezpečili aj zahraničnú kvalifikovanú pomoc, najlepšie audiotechnológie a že boli tvrdošíjni v tom, aby ich dieťa počulo.

Avšak je veľmi veľa bežných rodín, kde takéto dieťa nemá to šťastie a vyvíja sa úplne ináč, pravdupovediac neraz vo svoj neprospech. Mnohé sú izolované od svojich blízkych v internátnych školách pre nepočujúce deti. Aj keď takéto školy pre určité špecifické druhy sluchových porúch sú potrebné.

Mnohí dlhoroční funkcionári bývalého SZSP bojovali za kvalitné a pre všetkých dostupné načúvacie prístroje. Dlhé roky sme bojovali o vytvorenie Audiocentier (mimochodom krátko aj v SZSP fungovali), kde sme pomáhali kvalifikovanými radami, ako si zlepšiť život kvalitnými kompenzačnými pomôckami... Kde sme poskytovali pomoc sluchovo postihnutým a usmernením ako ďalej v živote. Všetko je to o peniazoch, ktoré bohužiaľ v posledných rokoch je čoraz menej a menej. I zložitost' terajšej situácie skôr ničí všetko, čo sa už vybojovalo, o čo sa stále bojuje. A čo je v tejto dobe dost' škodlivé, rozbujnili sa na internetových portáloch často pochybné a zavádzajúce trendy aj u sluchovo postihnutých. Veľmi negatívne pôsobí aj tá vysoká roztrieštenosť občianskych združení, ktoré sa majú zaoberať problematikou sluchového postihnutia. Nie len sa združovať do neraz zbytočných voľnočasových či diskusných spolkov... (bk)

Občianske združenie Poradensko-rehabilitačné centrum sluchovo postihnutých občanov Trnavského kraja

(opakovanie matka múdrosti, aby ste nezabudli)

Je zaregistrovaný od 28.3.2013, má vlastné IČO 42293022, sponz. účet 15181721/5200 OTP banka Trnava, IBAN: SK70 5200 0000 0000 15181721. Sídlo je na Novosadská 4, 917 00 Trnava v budove Katolíckej jednoty. Vstup do dvora Katolíckej jednoty je aj malou brávkou z Kollárovej ul. proti Právnickej fakulty.

Poštu môžete zasielať na adresu: Občianske združenie Poradensko-rehabilitačné centrum sluchovo postihnutých, Novosadská 4, 917 00 Trnava, email: poradenstvo.trnava@zoznam.sk Poradenské dni RC sú Pondelok - Štvrtok od 08:00 - 15:00, Piatok od 08:00 - 12:00 (od 12:00 je administratíva a terénna práca) od 8,00 – 15,00 hod. Každý, kto potrebuje informáciu, radu, či

pomoc , môže zavolať, predzvonit' alebo napísať SMS na mobilné číslo 0917 648 731 alebo e-mail: poradenstvo.trnava@zoznam.sk

Zo života RC

(pre informáciu všetkým členom i nečlenom)

Poradensko - rehabilitačné centrum sluchovo postihnutých Trnavského kraja poskytuje poradenstvo, sociálnu rehabilitáciu a artikulačné tlmočenie pre občanov Trnavského kraja. Občania u nás získajú informácie o sluchovom postihnutí, možnostiach kompenzácie sluchového postihnutia, poradenstvo pri výbere kompenzačných pomôcok, pomoc pri vybavovaní kompenzačných pomôcok a pod.

Všetky naše služby poskytujeme pre občanov Trnavského kraja bezplatne.

Výbor Občianskeho združenia Poradensko - rehabilitačného centra sluchovo postihnutých Trnavského kraja sa schádza zvyčajne každú prvú stredu v mesiaci. Výbor si vyhradzuje právo na zmenu termínu stretnutia. Veľmi radi uvítame aj nových členov, ktorí majú záujem byť informovaní alebo chcú prispieť svojimi pripomienkami a nápadmi k činnosti občianskeho združenia..

Informácie o pripravovaných akciách získate na tel: 0917 648 731, mailom na poradenstvo.trnava@zoznam.sk alebo v kancelárii na Novosadskej 4, Trnava.

Máme novú „strechu“

Dňa 5.9.2015 sa v Bratislave v priestoroch VUC zišlo 31 účastníkov – funkcionárov zo základných organizácií a občianskych združení z celého Slovenska, aby **si vytvorili spoločnú „strechu“ a nakoniec z tohto podnetného stretnutia vznikla Národná rada sluchovo postihnutých v SR (NRSP)**

Prečo názov Národná rada sluchovo postihnutých v SR (NRSP) a sídlo v Bratislave?

Odôvodňovalo sa to, že na Slovensku máme veľké množstvo občianskych združení, zaoberajúcich sa nepočujúcimi a pár organizácií pre nedoslýchavých. Väčšinou sú to organizácie voľnočasové, športové, iba pár je ich s problematikou špecifickej a sociálnej pomoci sluchovo postihnutým.

Už existuje Národná rada nepočujúcich a nedoslýchavých v SR (NRNPND), ktorá sa prezentuje ako „strešná“ organizácia, zastupujúca nepočujúcich aj nedoslýchavých a získava finančné dotácie, ktoré však nesmerujú k „nedoslýchavým“. Viac sa zameriava na otázky a problematiku nepočujúcich! Naše problémy sa neriešia, preto sa účastníci rozhodli riešiť situáciu vytvorením si vlastnej „strechy“, ktorá bude obhajovať ich záujmy väčšiny skupiny sluchovo postihnutých.

Pre názov Národná rada sluchovo postihnutých sa rozhodli účastníci z dôvodu, aby mala protiváhu k Národnej rade nepočujúcich a nedoslýchavých, aby nás inštitúcie vôbec konečne brali vážne!

Sluchovo postihnutí v názve používame preto, že sme postihnutí od ľahkej až po ťažkú poruchu sluchu, ohluchnutí a patria medzi nás aj držiteľia kochleárných implantátov. **Teda sme široké spektrum sluchovo postihnutých, ktorí nepoužívame pri bežnej komunikácii posunkovú reč. Komunikujeme pomocou načúvacích prístrojov a kochleárných implantátov.**

Akýkoľvek iný názov pre spoločnú strechu by nemal zmysel, pretože chceme inštitúciám dať jasne najavo, že sme viac ako klasické občianske združenia s rôznymi názvami, ktoré neberú vážne, alebo nemajú záujem sa zaoberať nimi, keďže zastupujú iba malý počet postihnutých občanov.

Sídlo si účastníci kongresu zvolili jednoznačne v Bratislave, aby nebol problém okamžitej reakcie pri vybavovaní rôznych formalít, dokumentov, stretnutí a rokovaní. Všetko sa zvyčajne deje v hlavnom meste.

Účastníci konečne našli spoločnú reč a spoločným úsilím si zvolili okrem názvu novej strešnej organizácie, do vedenia za predsedníčku Národnej rady sluchovo postihnutých v SR **Mgr. Slavomíru**

Husárovú, za podpredsedníčku sluchovo postihnutých zvolili Mgr. Zuzanu Micháľkovú a za podpredsedníčku držiteľov kochleárných implantátov Dr. Katku Klukovú. Vo Výkonnom výbore NRSP sú zástupcovia všetkých prihlásených ZO a OZ a revízori NRSP za každý kraj – východoslovenský p.**Valika Mitrová**, za stredoslovenský **Josef Gargulák** a za západoslovenský kraj p. **Katarína Brázdovičová**.

Nové vedenie NRSP v SR čaká veľmi ťažká úloha a kopec plánov, ktoré chcú spoločným úsilím naplniť. Veríme, že spoločnou snahou dokážeme obhajovať naše spoločné problémy a potreby. Obrovským prínosom tejto strešnej organizácie SP je, že sa na všetkom budú podieľať vo Výkonnom výbore všetci zástupcovia ZO a OZ SP na Slovensku a nie iba hŕstka funkcionárov. (bk)

Letná opekačka

Dňa 26.8. 2015 sa na spoločnej akcii Letnej opekačky zišli členovia základnej organizácie nedoslýchavých v Trenčíne. Počasie sa vydarilo bolo krásne a zažili sme príjemné posedenie so spevom sprevádzané hrou na heligónku. Úžasné bolo i to, že sa nás na tejto vydarenej akcii zišlo až 31 členov.

Koncom septembra 2015 pripravujeme pre sedem našich členov ozdravno- poznávací pobyt v penzióne "Oravská horáreň". Reportáž z tohto stretnutia určite čitateľom TG pripravíme. (Dr.Hasčíčová)

Základná organizácia nedoslýchavých v Ilave a ich aktivity v roku 2015

Dovoľte nám, aby sme sa aj s vami podelili o naše aktivity a previedli vás potulkami, ktoré sme organizovali pre svojich členov, ich rodiny a priateľov, k týmto chvíľam...

Ilavská organizácia ani tento rok nezaháľa, a aktívne s nadšením a vysokým nasadením pripravuje každú jednu akciu, pod vedením pani predsedníčky Janky Gajdošovej.

Ako prvá sa konala **Výročná členská schôdza v kultúrnom dome Ilava, dňa 9. mája 2015**, počas ktorej sme sa oboznámili s novinkami v oblasti legislatívy, kompenzačných pomôcok ako aj plánom aktivít pre rok 2015. Nezabudli sme ani na našich oslávencov, jubilantov, ktorým sme venovali malé prekvapenie v podobe vínšu, kvetu a vázičky. Okrem iného sme si uctili aj všetky mamičky pri príležitosti ich dňa matiek a detičky zo Základnej školy z Hornej Poruby im po ich pripravenom kultúrnom programe venovali na pamiatku vymalované srdiečka. Následne sme si spomenuli aj na našich členov, ktorí zomreli v prvom polroku r. 2015 a venovali im minútu ticha...



Jednodňový výlet na Moravu s plánom navštíviť Lednicu a Valtice, dňa 23.mája 2015

V Lednici sme navštívili zámok, ktorý bol veľmi pekný, okrem iného krásne veľké záhrady a samozrejme nechýbala ani botanická záhrada kde je vysadených 235 rôznych druhov rastlín, kvetov a je tam aj 400-ročná palma. Vo Valticiach sme tiež navštívili zámok, a po prehliadke zámku sme mali možnosť navštíviť aj vinotéku s ochutnávkou a možnosťou zakúpenia vín. Po náročnom, no krásne prežitom dni sme sa spoločne zastavili aj na neskorý obed v motoreste Sobotište, pri Kunovskej priehrade, ktorú určite doporučujeme každému, pretože bol tam úžasný personál s úsmevom na tvári, príjemné prostredie a samozrejme výborné jedlo a nápoje :).



(Júlia Balážová)

Trojdnňový výlet na Konopište a do stavežatej Prahy, v dňoch: 19. - 21. júna 2015

Cestou do Prahy sme navštívili zámok Konopište, a následne pokračovali do dlho očakávanej Prahy. Ubytovanie sme boli v kresťanskom domove mládeže u sv. Ľudmily, Praha 2. Počas pobytu v Prahe sme navštívili všetko čo sa dalo stihnúť, napr. Václavské námestie, a jeho okolie, prešli sa po starých zámokoch schodoch, smer hrad, tam sme si prezreli obhliadku hradného nádvorja ako aj katedrálu, chrám sv. Víta a po prehliadke práve začínala aj sv. omša, ktorej sme sa zúčastnili a



obetovali ju za seba a svojich najbližších. Odtiaľ sme pokračovali ku kostolu sv. Mikuláša a na Karlov most, návšteva Vyšehradu, cintorín ako aj kostol, kde sa práve počas našej návštevy konal spoločný krst (aj detičiek známych osobností).



Cestou do našich domovov sme sa zastavili ešte na prehliadku pivovaru, Veľké Popovice. Počas exkurzie sme mali možnosť prezrieť si priestory pivovaru, vychutnať si ochutnávku špeciálne pripraveného piva, zakúpiť si suveníry a na konci nás čakalo prekvapenie a malý bonus v podobe živého, skutočného capka (kozla), ktorý im "pózuje" aj na nálepkách piva, čo je symbol erbu tohto pivovaru.

(Júlia Balážová)

Jednodňový výlet na sv. Hostýn a Baťov kanál, dňa: 5. júla 2015

Na pútnické miesto sme šťastlivo prišli v ranných hodinách, kde sme si mali možnosť prezrieť okolie kostola, krížovú cestu a možnosť sa napiť liečivej vody, či zakúpiť si na pamiatku nejaké tie suveníry z púte. V starom a veľmi krásnom kostole s úžasnou akustikou sme sa zúčastnili slávnostnej sv. omše, ktorá začala o 10.15 h. Po ukončení sv. omše sme pokračovali na Baťov kanál, kde sme mali možnosť zažiť plavbu, ktorá trvala 1,5 h. Bol to veľmi krásne strávený deň a hlavne s prijatým požehnaním na sv. Hostýne.

(Júlia Balážová)



Letná dovolenka na JADRANE, Makarska, v dňoch: 24. augusta - 2. septembra 2015



Ubytovaní sme boli v súkromí, so zabezpečenou celodennou stravou a len 500 m od pútnického miesta Vepric, kde sme sa tiež chodievali modliť, prosiť a ďakovať za každé jedno nové ráno, ako aj načerpať nových síl do ďalších dní. Počas pobytu sme sa kúpali naozaj ako sa o Jadrane hovorí v priehľadnom, najčistejšom a liečivom mori. Nenadarmo sa hovorí, že morí je veľa ..., ale Jadran je Jadran. Jadranské more je priehľadné a je jedným z

najčistejších morí na svete. More tu vždy znamenalo život a 2 600 slnečných hodín ročne priťahuje tisíce turistov. Krása mora, rozmanitosť krajiny, výhodná poloha a najmä typická chorvátska pohostinnosť nám ponúkli prežitie nádherných dovolenkových chvíľ. Okrem iného sme si vychutnávali aj neskutočne krásne pohľady na pohorie Biokovo, večerné prechádzky do mesta Makarska, kde sme napr. 26.8.2015 mali možnosť zažiť kultúrny zážitok v podobe kultúrneho podujatia slovenskej dychovky - Borovienky, ktorú môžeme poznať aj zo Šlágra, kde na počúvanie a do tanca hrali do neskorých večerných hodín. Niektorí z nás sa vybrali aj na celodenný výlet loďou - VOGA, kde sme navštívili ostrov HVAR, a následne BRAC, kde sme sa vodným taxíkom premiestnili na pláž BÓL a tam sme sa mali možnosť aj kúpať. Počas plavby sme mali pripravený chutný obed v podobe

grilovanej ryby alebo mäska s výborným zeleninovým šalátom a iným občerstvením. Vo večerných hodinách sme sa vrátili späť do Makarskej. Ani sme sa nenazdali a opäť prišiel čas kedy sa blížil koniec dovolenky a prišlo lúčenie a odchod späť do našich domovov, kde sme sa šťastlivo vrátili v ranných hodinách.

Ďalšie ešte pripravované aktivity pre našich členov, na ktoré sa už teraz tešia, sú:

- **5. septembra 2015 - jednodňový výlet na kúpanie. Termálne kúpalisko - Podhajská**

- **4. októbra 2015 - jednodňový výlet na vysviacku kostola -Turzovka**

- prijali sme pozvanie na Jesennú púť 2015, na vysviacku nového kostola Panny Márie Matky Cirkvi na pútnickom mieste HORA ŽIVČÁKOVÁ PRI TURZOVKE. Podrobný program v prípade potreby si nájdete na web stránke farského úradu. Začiatok konsekrácie kostola z kaplnky Panny Márie Kráľovnej Pokoja je naplánovaná na 11.00 h a svätiteľ J. E. Mons. Tomáš Galis, žilinský diecézny biskup.

- **14. - 18. októbra 2015 - päťdňový sociálno-rehabilitačný pobyt - Tatranská Lomnica**

- **December 2015 - kultúrny dom Ilava - konceročné a mikulášske posedenie**

Za všetky tieto a aj iné aktivity, ktoré výbor organizácie s radosťou pripravuje pre svojich členov patrí jedno veľké **ĎAKUJEME**, a už teraz sa tešíme na ďalšie naše stretnutia a prekvapenia.

Všetkým nám ako aj vám prajeme veľa zdravia a všetko dobré do ďalších nových dní... (Júlia Balážová)

Rozhovory so SP

Naše otázky:

- Kedy a ako ste stratili sluch a ako vnímate svoje sluchové postihnutie?

- Čo sa vám podarilo v živote ako sluchovo postihnutej osobe? Ako vníma vaše postihnutie najbližšia rodina, zamestnávateľ? Stojí pri vás, pomáha vám? Ako komunikujete?

- Ako ste spokojní so svojím povoláním, čo ste chceli študovať a sa vám nepodarilo?

- Máte problémy s kompenzačnými pomôckami, načúvacím prístrojom? Nosíte na obidve uši načúvací prístroj?

- Máte ako sluchovo postihnutý koničky, chodíte medzi sluchovo postihnutých? Kde sa lepšie cítite? Medzi zdravými alebo rovnako postihnutými?

- Aký je váš názor na kochleárne impantáty?

- Čo by ste si najviac želali v živote? Čo by ste ešte chceli dosiahnuť?

Ján Marák, Veľký Krtíš

Kedy a ako ste stratili sluch a ako vnímate svoje sluchové postihnutie?

Ja som stratil čiastočne sluch ešte ako malé dieťa v perinke, po veľkom prechladnutí. No nie je to vina mojich rodičov. Príčinu toho tu nechcem rozpisovať, to sa možno porozprávame, keď mi niekedy vyjde moja návšteva u Vás, o čo sa už dávnejšie snažím, no neviem sa k tomu dostať. Bolo by to reálnejšie, keby ste bývali v ose mojich pracovných ciest autom, na trase Veľký Krtíš – Námestovo. Predtým som chodil občas aj do Bratislavy, no tam už nechodím 15 rokov. Z rozprávania rodičov sa pamätám o tom prechladnutí a vysokých horúčkach, ako nezaberali rôzne lieky a potom mi pomohli len nejaké injekcie. Už som mal 28 rokov, keď som bol po intervencii môjho spolužiaka, ktorý študoval medicínu v Košiciach na vyšetrení u doc. Vladimíra. Aj on sa pýtal na to, čo sa pamätám z môjho detstva o sluchovom postihnutí. Keď som mu spomínal moje prechladnutie, následnú liečbu rôznymi liekmi až po injekcie, po ktorých mi horúčky klesli a uzdravil som sa, tak sa mu hneď vybavil problém s týmito injekciami a povedal, že som musel dostávať Streptomycín, ktorý bol v tom čase najúčinnjším liečivom proti horúčkam a zápalom a len s veľkým oneskorením sa prišlo na to, že poškodzuje sluch. Ako som rástol, tak sa aj ja pamätám, že som počul dosť dobre, keď som bol sústredený na rozhovor, no nesmel som prechladnúť. Keď sa tak stalo, tak hovorili o mne, že som hluchý ako peň. Keď prechladnutie pominulo, zas sa mi vrátil sluch „do normálu“. No zisťoval som, že nerozumiem všetkému, čo sa hovorí. V tom čase sa hovorilo, že ako dieťa som nepozorný. No táto teória sa nepotvrdila, lebo po nástupe do školy to spozorovala na mne aj učiteľka. Ako hociktorý zo žiakov v triede, keď sme niečo robili a pani učiteľka povedala: „Žiaci, dávajte teraz pozor, niečo Vám vysvetlím.“ Ostatní žiaci dávali pozor a mňa musela na to upozorniť spolužiačka, že pani učiteľka kázala dávať pozor, lebo ja som pokračoval v tom, čo som práve robil. Postupne, ako som dospieval, tak som zistil, že strácam viac zrozumiteľnosť reči, ako to že niečo nepočujem. Keď som aj nejaký zvuk zachytil, tak som nevedel, že sa to týka mňa, lebo som počul len zvuk a nepoznal som jeho význam. A toto zhoršenie zrozumiteľnosti sa mi prehľbuje a vadí mi to viac, ako to že nepočujem. Iste, že sa mi zhoršuje aj prah počuteľnosti, hlavne k vyšším tónom, no viac mi vadí tá zrozumiteľnosť reči. Mám načúvací aparát, ktorý mi pomáha hlavne v tom, aby som počul zvuk, no zrozumiteľnosti reči mi pomáha len veľmi málo. Keď pre nejakú príčinu nemôžem nosiť načúvací prístroj, tak som spozoroval, že sa mi zhorší aj zrozumiteľnosť reči. No niekedy si myslím, že je to len môj subjektívny pocit. Základnú, aj strednú školu s maturitou a následne nadstavbovú odbornú školu som vychodil

s počujúcimi. Tiež celý život som sa pohyboval medzi počujúcimi, tak posunkovať som sa nenaučil. Počul som o tom, že sú školy pre zdravotne postihnutých, ktoré sa vtedy volali „Osobitné školy“ a aj mojím rodičom ponúkli, aby ma previedli na takúto školu, no moji rodičia to odmietli a trvali na tom, že keď budem dávať pozor, tak nebudem mať problém so zrozumiteľnosťou, čo bol omyl z ich strany, ktorý nedokázali pochopiť. No bral som to v pohode a svoj problém som si uvedomil hlavne na strednej škole, kde bol iný spôsob štúdia, ako na základnej škole. Keď bol profesor obrátený k tabuli a niečo vysvetľovať, tak som ho niekedy ani nepočul alebo som počul prázdny zvuk, ktorý ma o ničom neinformoval.

- Čo sa vám podarilo v živote ako sluchovo postihnutej osobe? Ako vníma vaše postihnutie najbližšia rodina, zamestnávateľ? Stojí pri vás, pomáha vám? Ako komunikujete?

Myslím, že sa mi podarilo to, že pracujem v odbore, ktorý je vyhradený počujúcim. Pracujem ako „servisák“ spotrebnej elektroniky. Začal som s opravami starých rádioprijímačov, potom tranzistorových prijímačov a skončil som u televíznych prijímačov, ktoré opravujem doteraz. Neopravoval som len magnetofóny, lebo som mal problém zistiť chybu, keď kolísali otáčky posuvu pásky.

Ako vníma moje postihnutie najbližšia rodina? Nuž, dá sa povedať, že rôzne. Zo začiatku som viac cítil súcit a ochotu pomôcť ako teraz. Možno je to aj tým, že hoci som sluchovo postihnutý, rád rozhodujem aj o bežných veciach v živote a počujúca väčšina nadobudla pocit, že by mali rozhodovať za mňa. Nevedia sa vyrovnáť s tým, keď sa vypytujem na rôzne veci, aby som mal vo veci prehľad a potom sa rozhodoval. Žiaľ, je to tak aj u mojej drahej polovičky. V práci som sa stretával s nepochopením u niektorých zákazníkov, ako môžem opravovať elektroniku, keď dobre nepočujem a to som vtedy mohol ešte aj telefonovať. V súčasnosti už telefonovať nemôžem, lebo hoci mám telefón (aj mobil) s hlasitým odposluchom a telefón alebo mobil aj počujem, no nerozumiem tomu, čo mi hovoria. Preto strácam aj niektorých zákazníkov. Keď telefonujú nahlásenie poruchy zariadenia a pýtajú si ma k telefónu, manželka povie, že je to zbytočné, lebo nepočujem, tak sa mnohí odporúčajú. No to sú hlavne takí, ktorí ma ešte nepoznajú a ani ešte nikdy u mňa neboli. Pomôcť by mi aj pomohli, no vyžadujú, aby som pracoval potom tak, ako to oni vyžadujú a nie podľa seba, ako sa má postupovať podľa pracovných postupov. A v rodine je to tak, aby som len vypočul, čo mi niekto chce povedať, nekládol (zbytočné?) otázky a podľa toho sa riadil. No vnútorne sa s tým neviem vyrovnáť a vznikajú pre to zbytočné problémy.

Čo sa týka pomoci všeobecne, veľmi by pomohla televízia so skrytými titulkami, keby boli vysielané dobre. Už som aj poradil bývalému riaditeľovi STV, aby pozeral TV noviny so stiahnutým zvukom, len čítaním skrytých titulkov, aby bol v obraze, čo sa môže sluchovo postihnutý dozvedieť z niektorých (väčšina) titulkov, no náprava žiadna. V minulosti som pozeral radšej ČT 1 a 2, lebo tam vysielajú skryté titulky v každej relácii, no v poslednom čase sú tieto titulky vysielané oneskorene. Dej je už inde, keď sa objavia titulky. V STV sa rozsah vysielania skrytých titulkov zväčšuje len veľmi pomaly a stále nekvalitne.

Ako komunikujem? Hovorenou rečou. Všetky školy som vychodil s majoritnou, čiže počujúcou väčšinou, tak som sa posunkovať nenaučil. A stále žijem medzi počujúcimi. Keď nemôže postihnutý posunkovať stále, tak sa to ťažko naučí. Iný problém vidím v tom, že kurzov posunkového jazyka je málo a keď sa aj o nejakom dozviem, tak sú to väčšinou týždenné kurzy, kde sa za to platí a bývajú dosť vzdialené od bydliska sluchovo postihnutého. Pri komunikácii z hľadiska zlej zrozumiteľnosti počutej reči využívam odzveranie, no tu býva problém v tom, že nie každý otvára rovnako ústa a trvá nejaký čas, pokiaľ sa naučím niekoho odzerať. Katastrofa je, keď má dotýčný fúzy a prípadne aj bradu. **Ďakujeme za rozhovor.**

RADÍME VÁM

Keďže sa venujeme ušnému šelestu, patrí k tomu aj správna diéta. Rad nápojov a jedál môže vyvolať ušný šelest. Najčastejšie sú to tinitogenne nápoje: **káva, silný čaj, tonik, červené víno, destiláty z obilí (whisky, vodka) a pokrmy: syry (plesňové), čokoláda.**

Medzi látky, ktoré sú hromadne používané a ktoré nemožno zaradiť ani medzi nápoje, ani medzi pokrmy, patrí **nikotín. Pôsobí nepriaznivo na sluchový nerv a dlhodobým fajčením sa zhoršuje sluch a objavuje ušný šelest.**



Učiteľ sa pýta žiaka, aký je toto vták?

Žiak odpovie: - Neviem.

Učiteľ ukáže druhú nohu vtáka a pýta sa znovu: - Aký je toto vták?

Žiak znovu odpovie: - Neviem.

Učiteľ: - No toto je na päťku. Ako sa voláš?

Žiak sa vyzuje a odpovie: - Hádajte podľa mojich nôh...

Hovorí profesor na prednáške študentom: - Keby ste sa vy tam vzadu nerozprávali tak nahlas, tí v strede by mohli pokojne lúštiť krížovky a tí v predu by mohli pokojne spať...

Idú nemeckí turisti cez východné Slovensko a pýtajú sa koscov na lúke:

- Košice, Košice?

Oni im odpovedajú :

- Košíme, košíme....

Otecko sa pýta pani učiteľky, prečo dostal jeho syn päťku zo zemepisu?

- Lebo hľadal Rimavskú Sobotu v kalendári...

Janko sa vychvaľuje svojmu kamarátovi:

- My máme auto od Škody a televízor od Daewoo.

Kamarát Jaro sa pripojí:

- My máme žehličku od Ety a bračeka od podnájomníka.

Nový obyvateľ Grónska sa pýta starousadlíka:

- Ako dlho tu trvá zima?

- Neviem, ja som tu od štyridsiateho...

- Pán hlavný, v polievke mi pláva mucha.

- A čo chcete aby vám za jedno euro tam plával slon?

Poézia od našich SP

Prvá učiteľka

Marta Galátová - Puškarová

Do triedy vchádza učiteľka mladá,
s nežným výrazom - skoro detským rozliada sa.

Ako víla usmeje sa, šíriac vôňu.

Šum stíchne.

Vystrašené očka sledujú vílu ako z rozprávky žiarivú.

Zrazu spadne strach, sčerveňajú líčka.

To je blízka duša deťom, to je anjel v ľudskom tele, to je sladká učiteľka.

Modrým očkom ako nebo, do zošitov nazrie.

Nachýliac sa nad žiačku

do svojej ruky drobnej, ešte drobnejšiu schytí a píše spolu ma-ma.

To prvé čarovné slovo z detských ústočiek počuť.

To prvé čarovné slovo malá žiačka píše – najšťastnejšia na zemi.

Prešli roky, z drobnej žiačky, babka stará.

Vnučka si ju privinie a chváli učiteľku svoju.

Šedivá starenka na lavičke v parku.

Z čistej blúzky známa vôňa.

V modrých očiach múdrosť, pokoj a láska.

Stovky hlávok pohladila, rozumčeky správnym smerom viedla.

Tak veľká pre dospelých, nezabudnuteľná je učiteľka prvá.

ZVONÍ

Dušan Kuba

Zasvitlo ráno voňavé,
1.september privítalo
Lastovic sviežim štebotom.
Slniečko lúčmi sa na zem pousmialo.

A matka vedy v novom šate
širokú náruč otvorila,
nežným si svojim dotykom
mlaď s láskou k sebe pritúlila.

Víta si svojich starých známych.
Do vašich očí rada zriem.
Len poďte, poďte, poďte ďalej,
nové veci vám ukážem.

Loďou preplávame moria,
prejdeme spolu hory, jazerá.
Nové vzorce vás čakajú.
To len budete pozerat'.

Dejiny pred vami otvoria
svoje trináste komnary,
kde žili králi, princezničky,
Ktorých čas sa už nevráti.

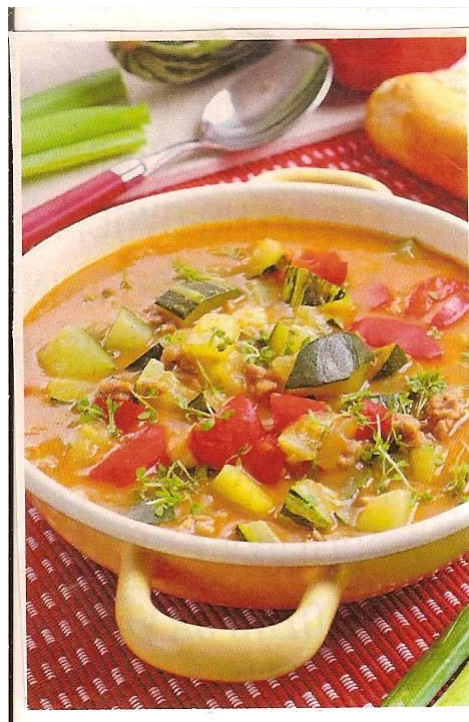
Vítam ťa, ty môj maličký,
čo budeš písať prvé „a“.
Podaj mi rúčku útlučkú
a nájdeš vo mne priateľa.

Vítam vás všetkých moji milí,
slobodné deti usmievavé.
Dajme už zbohom prázdninám.
Je tu čas práce. Zvoní práve.

Múdre slová

**Tam, kde sa prelínajú všetky hranice a stretávajú protiklady,
tam je bod, z ktorého tryská život. (Christian Friedrich Hebbel)**

Dobry recept s Trnavským Gongom



Paprikovo – cuketový guláš s mletým mäsom

Potrebuje: 250 g mletého hodinového mäsa, soľ, mleté čierne korenie, mletú sladkú červenú papriku, zeleninový vývar, 1 cibuľu, 200 g farebných papriek, 350 g cukety, kukuričný škrob na zahustenie, žeruchu, olej.

Postup:

Mleté hydínové mäso dáme do misky, osolíme, ochutíme mletým čiernym korením, mletou sladkou červenou paprikou a dôkladne premiešame. Odložíme na neskôr.

Cibuľu očistíme a nadrobno pokrájame. Papriky prekrojíme, vyrežeme jadrovník a dužinu pokrájame na kúsky. Cuketu po dĺžke rozštvrtíme a pokrájame na kúsky.

V panvici na rozohriatom oleji speníme cibuľu. Pridáme pokrájané farebné papriky s cuketou, opečieme a osolíme. Pridáme ochutené mleté mäso, zamiešame a pár minút spolu orestujeme. Zalejeme teplým zeleninovým vývarom a pod pokrievkou podusíme do mäkka. Nakoniec podľa potreby zahustíme kukuričným škrobom rozmiešaným v troške vody. Ešte chvíľu povaríme. Na záver posypeme žeruchou.

KRONIKA

Naši Jubilanti

Milí jubilanti, keďže redakcia nemá vždy informácie, kto z vás oslávil alebo oslávi svoje okrúhliny, či obyčajné narodeniny, 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 17.9.2015 sme uskutočnili Posedenie s našimi jubilantami v priestoroch klubu na Bezručovej ulici v Trenčíne. A títo naši jubilanti oslávil svoje krásne jubileá:

VARGOVÁ Danica 70r. (1945), BEŇOVÁ Margita 75r. (1940), FERRO Milan 65r. (1950), FEROVÁ Helena 60r. (1955), GREGOROVIC Július 75r. (1940), BARČÁK František Ing., 85r. (1930), HANÁK Milan 55r. (1960). HOLENDOVÁ Emília 75r. (1940), HLAVÁČOVÁ Anna 90r. (1925), IVIČIČOVÁ Marie 65r. (1950), CHOCHLÍKOVÁ Mária 80r. (1935), PANÁKOVÁ Viera 65r. (1950), RUSŇÁK Ivan 70r. (1945), SAMÁKOVÁ Anna 65r. (1950), STRAKOVÁ Emília 65r. (1950), VOZÁRIKOVÁ Marta 80r. (1935). Aj touto cestou im chceme popriať všetko dobré, pevné zdravie a pohodu v rodinnom kruhu ale i medzi nami. Funkcionári a členovia ZO ND Trenčín

V septembri 21.9. oslávi krásne životné jubileum 75 rokov pán LESAY Pavol, člen PRCSF v Trnave, prajeme mu do ďalších rokov pevné zdravie, elán a pohodu.

Dňa 4.9 oslávi svoje okrúhle 70-tiny pán HUDCOVSKY Emil zo ZO SP Ilava. Krásne prežitie ďalších rokov v pevnom zdraví a pohode mu prajú členovia a funkcionári ZO SP Ilava.

Zaujímavosti zo sveta sluchovo postihnutých a pre sluchovo postihnutých



Otecko venoval svojej milovanej dcérke tetovanie- Kochleárny implantát.

Novozélandský otecko Alistair Campbell, tetovaním zložil hold svojej dcérke Charlotte, ktorá trpela stratou sluchu v ľavom uchu a bola odkázaná na kochleárny implantát.

Keď sa otecko dozvedel, že jeho dcérka musí nosiť nie príliš estetický prístroj, oholil si vlasy a šiel do tetovacieho štúdia, kde si nechal vytetovať obrázok dcérinho kochleárneho implantátu, aby jej ukázal, že sa zaň nemusí hanbiť.

Jeho malá dcérka Charlotte bola jeho činom nadšená a vyjadrila sa, že sa jej tetovanie na otcovej hlave páči.

Hrdinský otec už nemusel nič viac počuť.

Poruchou sluchu trpí v tejto rodine aj Alistairova matka a jeho druhý osemročný syn Lewis. Aj takto sa dá prejavovať láska k svojmu postihnutému dieťaťu.

Príčiny šelestu (II.časť)

O pôvode ušného šelestu bolo vyslovených množstvo hypotéz.

Prvé sa opierali o stredovekú predstavu, že ucho je slepé vrečko naplnené vzduchom, ktoré prenáša zvuky na princípe rezonancie. Salernská škola z 12. storočia uvádza príčiny ušného šelestu vo veršoch:

Motus, longa fames, vomitus, peroussio, casus

Ebrietas, frigus tinnitum causat in aure.

(Pohyb, hlad, zvracanie, tresk, opilosť a prechladnutie sú príčinou ušného šelestu)

V doktorskej dizertačnej práci *De Tinnitus Aurium* (O ušnom šeleste), vydanéj v roku 1706, **Fickenau** rozoznáva v mechanizme počutia prvý, druhý a tretí zvuk. Prvý zvuk je spojený so zdrojom zvuku, druhý s prenosom a tretí s rezonanciou v ušnom vrečku. Bola to predstava Aristotelova, ktorá sa udržala až do 18. storočia. Ušný šelest je tiež spôsobený rôznymi telesnými šťavami, ktoré ovplyvňujú tretí zvuk.

Až **Valsalva** (1666-1723) dokázal, že ucho nie je uzavreté vrečko, ale je spojený tubou s nosohltanou. **Cotungo** (1736-1822) zistil, že vnútorné ucho je vyplnené tekutinou. Ušný šelest môže vzniknúť v ktorejkoľvek časti sluchového ústroja.

Javel (1986) sa domnieva, že ušný šelest súvisí so spontánnou aktivitou vlákien sluchového nervu. Sluchový nerv je totiž neustále aktívny, a to i v dobe, keď neprenáša zvuk. Jeho vlákna vysielajú nepretržite impulzy do mozgového centra. Táto činnosť ustáva len po zničení vláskovej bunky. Pri infekcii alebo pri metabolických zmenách v slimáku môže vzniknúť drobné ohraničené ložisko, ktoré vyvolá inú spontánnu aktivitu, než na akú je sluchové centrum zvyknuté, a preto ju môže interpretovať ako zvuk. Pretože ušný šelest sa vyskytuje i po zničení vláskovej bunky, môže byť príčinou ušného šelestu tiež absencia spontánnej aktivity, čo sa stáva pre sluchové centrum neprirodzeným negatívnym impulzom.

Caspary (1986) pri štúdiu látok umožňujúcich prenos zvukového signálu (tzv. neurotransmiterov) vyslovil domienku, že ušný šelest vzniká drobnou rankou (poškodením, poruchou) v slimáku, ktorá vytvára „šumový kanál“. Pokiaľ by sa podarilo nájsť príslušný neurotransmitter zodpovedný za ušný šelest, dal by sa využiť jeho antagonista k liečbe.

Shea (Shea et al 1981) zdôrazňuje podobnosť pacientov s chronickým nestíšiteľným tinnitom a pacientov s chronickou bolesťou. Obe skupiny majú podobnú psychologickú charakteristiku: rigiditu, obsesívnosť, neurotizmus, neistotu, chronickú únavu a depresiu.

Ušný šelest sa podobá niektorým poruchám zmyslového vnímania a niektorým poruchám motorickej funkcie: neuralgii, trojklanému nervu a glossopharyngiku, hemifaciálnemu spasmu, paltálnemu myoklonu, fantomovým bolestiam amputačného pahýlu a clausalgiami. Bolesť alebo svalové kontrakcie pri týchto ochoreniach sú centrálného pôvodu a vznikajú na podklade alternácie obvyklého charakteru nervových impulzov.

Moller vyslovil hypotézu o význame poranenia nervu pre vznik ušného šelestu (Moller 1987). Ohraničené poškodenie myelinu „vyvolá priamy elektrický kontakt medzi jednotlivými axony a prepočutie“ medzi jednotlivými prenosmi vo vláknach.

Kemp (Kemp 1981) popísal otoakustickú emisiu (zvuk, ktorý vychádza z ucha) a zároveň vyslovil domienku, že emisia nejako súvisí s ušným šelestom. Nemyslí si, že by emisia bola príčinou ušného šelestu. Ani osoby zo spontánnou otoakustickou emisiou nemajú ušný šelest, a pokiaľ si emisiu uvedomujú, nevidia im.

Shea a Harell navrhl v roku 1978 porovnanie ušného šelestu s epilepsiou, konkrétne s tzv. senzorickou epilepsiou.

Goodhill (1981) považuje ušný šelest za sluchovú parestéziu, podobnú fantómovej bolesti u amputáciách.

Zenner (1987) uvádza ako jeden z možných zdrojov ušného šelestu poruchu aktívneho mechanizmu v slimáku, poruchu pohyblivosti vonkajších vláskových buniek.

Poruchy sluchu

Protože väčšina ušných šelestov doprevádza poruchy sluchovej funkcie, popíšeme si základné poruchy a ochorenie sluchového ústroja.

Ušný šelest sa vyskytuje i u normálne počujúcich osôb, ale častejšie u osôb so skrytou, latentnou poruchou sluchu, ktorú zistíme až pri odbornom vyšetrení. Porucha sluchu môže byť buď čiastočná, a tak sa nazýva nedoslýchavosť, alebo úplná, a tak hovoríme o hluchote. Hluchota nevyjadruje presne

stratu funkcie, pretože väčšina hluchých osôb nie je úplne hluchá, ale má nepatrné zbytky sluchu, ktoré nedokáže využiť k rozpoznávaniu reči.

Poruchy sluchovej funkcie rozlišujeme podľa miesta postihnutia.

Prevodové poruchy vznikajú postihnutím vonkajšieho zvukovodu a stredného ucha.

Percepčné poruchy vznikajú postihnutím vnútorného ucha a vlákien sluchového nervu.

Centrálne poruchy vznikajú poškodením sluchových dráh a sluchovej kôry.

Všetky poruchy sa môžu navzájom kombinovať.

Prevodová porucha sluchu

Postihnutý je prevodový systém, čím sa rozumie úsek od ušnice po platničku strmienka. Prenos zvuku je zťažený zvýšením odporu (impedancie) prevodového systému alebo prerušením spojenia medzi jednotlivými časťami. Prevodová porucha sluchu nevedie k úplnej hluchote. Napr. i strata celého prevodového systému zníži prah sluchu len o 60 dB (takto postihnutá osoba počuje hovorovú reč tesne pri uchu).

Vnútorné ucho nemusí byť pri prevodovej poruche vôbec postihnuté a k prekonaniu odporu, ktorý kladie poškodená mechanika stredného ucha, je len hlasitejší podnet.

Príkladom je vrodená porucha, atrézia vonkajšieho zvukovodu, pri ktorom sa vonkajší zvukovod vôbec nevytvorí. Stredné ucho je tak oddelené od ušnice silným kostným blokom. Ak priložíme takto postihnutému jedincovi rozzvučanú ladičku na čelo alebo za ušnicu, vníma zvuk ladičky rovnako hlasno ako normálne počujúca osoba, pretože vnútorné ucho je normálne vytvorené. Zvuk je prinášaný do vnútorného ucha cez kosť lebky, a preto sa tomuto spôsobu vnímania hovorí kostné vedenie. Kostné vedenie sa využíva u kostných načúvacích prístrojov, kedy je zvuk prevádzaný vibrátorom zo slúchadla priamo do vnútorného ucha kostnou cestou.

Najčastejšou príčinou prevodovej poruchy sluchu je mazová zátka – cerumen obturans. Vzniká hromadením ušného mazu vo vonkajšom zvukovode, a to až do jeho úplného uzavretia. Porucha sluchu je spojená s pocitom tlaku a ušným šelestom. Liečba je jednoduchá – odstránením mazovej zátky výplachom alebo príslušnými nástrojmi. Náhle uzavretie zvukovodu sa objaví spravidla po kúpaní, kedy sa maz zvlhčí a nabere objem. Tento stav môže imitovať náhle vzniknutú vnútroušnú nedoslýchavosť.

Ďalšie príčiny prevodovej poruchy sluchu je akútne alebo chronické zápal stredoušia. Pri akútnom zápale stredoušia je hlavným príznakom bolesť, ktorá sa stupňuje až do okamžiku, kedy bubienok pod tlakom zápalového sekrétu hromadiaceho sa v stredoušnej dutine praskne. Prasknutie bubienku – spontánnej perforácie – predchádzame preťaťím bubienka pomocou zvláštného nožička. Tento zákrok sa menuje paracentézia.

Iným typom prevodovej poruchy spojeným s ušným šelestom, ale i s praskaním v uchu a občasnými bolesťami, je katar Eustachovej trubice. Katara tuby spravidla doprevádza obyčajne nachadenie a chrípka.

U detí sa vyskytuje zvláštna chronická forma tohoto zápalu, sekretorická otitída. Tento zápal neboli a na ochorenie spravidla prídu rodičia alebo učiteľ, pretože dieťa zle počuje. Pod bubienkom v stredoušnej dutine je tekutina, najčastejšie žltého zafarbenia, a vnej se bubliny vzduchu. O obnovení správnej funkcie Eustachovej trubice sa v tomto prípade snažíme odstrániť nosné mandle a pri neúspechu zavádzame do bubienku tympanostomickú trubičku, ktorá ventiluje stredoušnú dutinu do vonkajšieho zvukovodu a tak nahrádza nefunkčnú trubicu. Trubičku ponecháme v bubienku tak dlho, až sa sama vylúči. Môže to trvať niekoľko mesiacov.

Chronické zápaly stredného ucha na rozdiel od akútnych zápalov nebolia. Vyvíjajú sa pozvoľna, skryto, za minimálnych príznakov niekoľko rokov. Občas sa objaví páchnuci sekrét zo zvukovodu, niekedy ušný šelest. Sluch nemusí byť porušený, pretože zápalové hmoty prevádzajú zvuk miesto poškodeného bubienku a kostičiek stredoušia. Za nepatrnými príznakmi sa môže skrývať rozsiahly, deštruktívny zápalový proces, postihujúcich nielen dutinu stredoušia, ale i systém dutiniek vo výbežku za ušnicou (processus mastoideus). Zápal mozgových blán býval v dobe pred objavom antibiotík smrteľnou komplikáciou stredoušného zápalu. Ale i dnes sa komplikácie chronického zápalu objavujú.

Prevodové poruchy môžu tiež vzniknúť v dôsledku trvalých zmien po zahojení chronického zápalu. Najčastejšie je to otvor v bubienku, perforácia bubienka, alebo zhrubnutie bubienka a prerušenia raťaze stredoušných kostičiek. Sluch sa dá dočasne zlepšiť tým, že sa perforácia bubienka zakryje papierovou protézkou, ale vhodnejšie je trvalé riešenie, plastika bubienka. Chýbajúce stredoušné kostičky možno nahradiť a obnoviť ich spojenie.

Platničku najmenšej kostičky v strednom uchu, strmienka, postihuje zvláštna, geneticky viazaná ochorenie – otoskleróza. Platnička pozvoľna zarastá novotvorenou kostičkou a prestáva sa pohybovať – prevádzať zvuk.

Nedoslýchavosť spôsobená otosklerózou je spravidla doprevádzaná ušným šelestom, niekedy veľmi intenzívnym. Otoskleróza sa lieči operačne - vyňatím zarastnutej platničky strmienka a jeho náhradou protezkou z drôtika alebo z umelej hmoty. Pre malé rozmery strmienka a nebezpečenstva poranenia vnútroušných štruktúr pod platničkou sa operácie prevádzajú za pomoci operačného mikroskopu. Bohužiaľ ušný šelest niekedy ani po úspešnej operácii nezmizne.

Prevodové poruchy vyvolávajú tiež cudzie telesá vo zvukovode, zvlášť keď sa uzavrie (obturuje) podobne ako cerumen priesvit (lumen) zvukovodu. Pri odstraňovaní cudzieho telesa je treba postupovať obozretne. Pokiaľ hrozí nebezpečenstvo poranenia pri násilnej extrakcii, výkon sa má prevádzkať v celkovej anestézii a kostenný zvukovod pred vyňatím cudzieho telesa je najlepšie rozšíriť frézou.

Vzácné sa v strednom uchu vyskytne malý, nezhubný, bohato prekrvený nádor, ktorý sa nazýva chemodektom. Zvýšený cievny prietok nádorom vníma pacient ako ušný šelest pulzujúci súčasne s tepom. Pulzácie vznikajú mechanicky krvnými vírmi v nádore. Pri stlačení veľkých tepien na krku sa spravidla ušný šelest krátkodobe zmierni. Tento druh ušného šelestu nepatrí medzi klasické subjektívne šelesty. Jeho mechanická podstata je známa, a preto ju možno zaznamenať citlivým mikrofónom v tichej komore a objektívne druhou osobou počúvať. Odstránenie chemodektomu patrí medzi obtiažne otologické operácie, pretože nádor pri zákroku intenzívne krváca a navyše leží v tesnej blízkosti dôležitých štruktúr, ktoré by mohli byť pri operácii poškodené (lícny nerv, vnútorné ucho, veľké cievy). Zhubné nádory sa v uchu vyskytujú vzácné a spravidla bývajú spojené so zápalovými zmenami a výtokom. Tiež pri nich sa vyskytujú ušné šelesty. (MUDr. Miloslav Valvoda) pokračovanie v budúcom čísle

Maskovanie ušného šelestu vonkajším zvukom

Tam, kde je nedoslýchavosť spojená s ušným šelestom, doporučujeme vyskúšať slúchadlo. Slúchadlo môže ušný šelest zmierniť, pretože maskuje jeho intenzitu zosilnením vonkajšieho zvukového podnetu. I pri ohraničenej strate vo vysokých kmitočtoch pôsobí miniatúrne slúchadlo na ušný šelest priaznivo.

Maskovanie ušného šelestu vonkajším zvukom u normálne počujúcich osôb

Prirodzený vonkajší zvuk znášame lepšie ako ušný šelest. Pokúsime sa preto ušný šelest prehlušiť vonkajším zvukom. Maskovanie ušného šelestu vonkajšími zvukmi je jednoduché. Pri zaspávaní si pustíme rádioprijímač na VKV mimo stanicu a šum prijímača nastavíme tak, aby maskoval náš ušný šelest. Pokiaľ znášame dobre malé sluchátka, môžeme ku rovnakej procedúre použiť Walkman.

V dnešnej dobe sú už kvalitnejšie technológie, ktoré nám pomáhajú maskovať ušný šelest. V minulých číslach TG sme uverejnili šviajčiarSKU novinku na maskovanie ušného šelestu.

Ochrana pred hlukom

Prirodzené zhoršovanie sluchu vekom je podnecované pobytom v hlučnom prostredí. Už v stredoveku sa vedelo, že niektoré povolania (kotlári, delostrelci) poškodzujú sluch a vyvolávajú ušný šelest.

Poruchy sluchu s ušným šelestom vyvolané hlukom vznikajú väčšinou pozvoľna, mnoho rokov, a preto sú preventívne opatrenia bagatelizované. Pracovníci nenosia chrániče, nedodržiajú maximálne povolené expozície. Pritom ide zo začiatku o straty reverzibilné, ktoré sa pri vyradení hluku upravujú.

Až po rokoch je nedoslýchavosť nezvratná a ušný šelest trvalý.

Po 2. svetovej vojne pribudol nový zdroj hluku, a tým je populárna hudba, kde je intenzita zvuku, zaistená výkonnými zosilovačmi, znamená vážne nebezpečenstvo pre sluch

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

Číslo TG September 2015 spracovala Katarína Brázdovičová

