

Informačný časopis pre sluchovo postihnutých



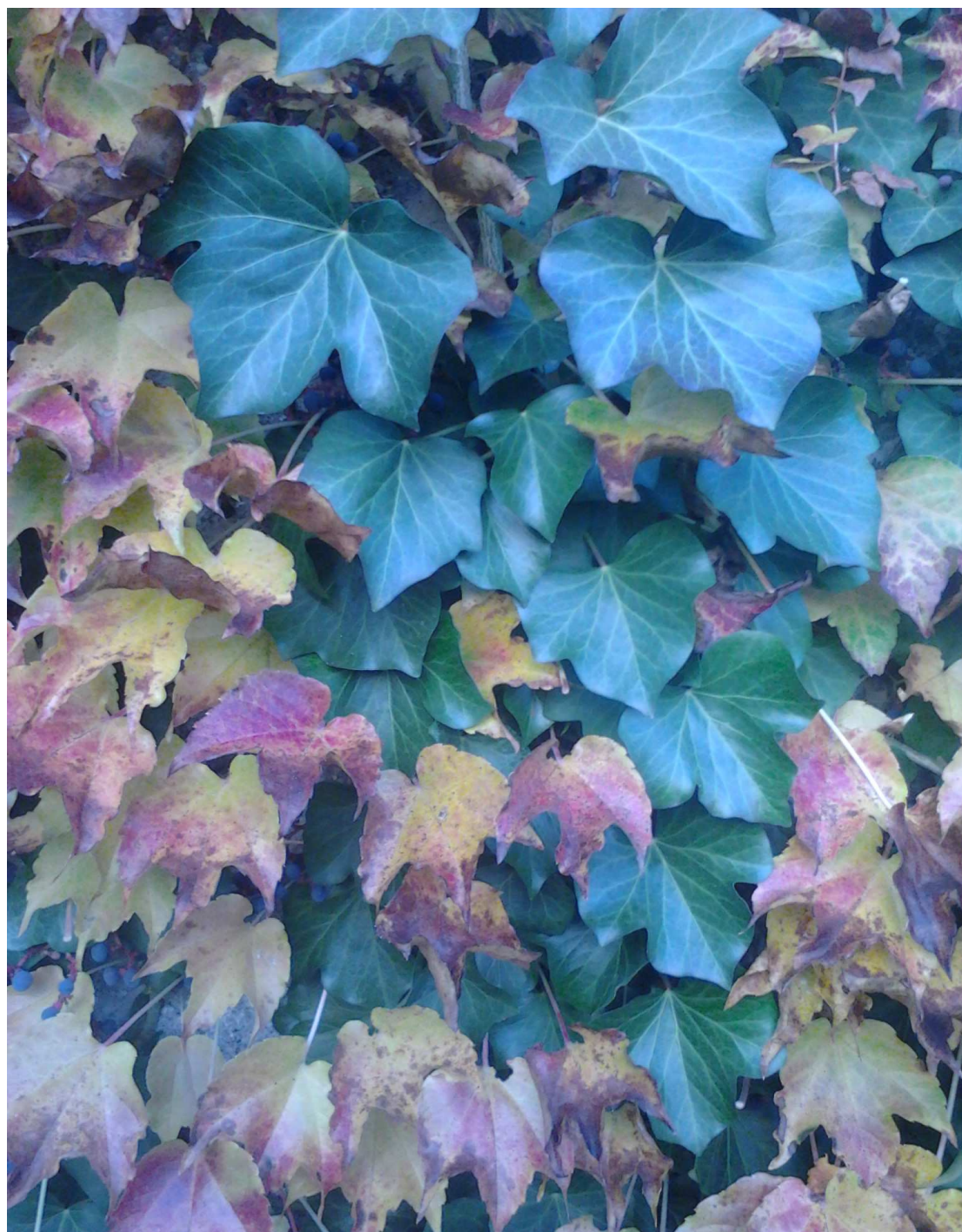
Trnavský Gong

Ročník 2 číslo 11

November 2015

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

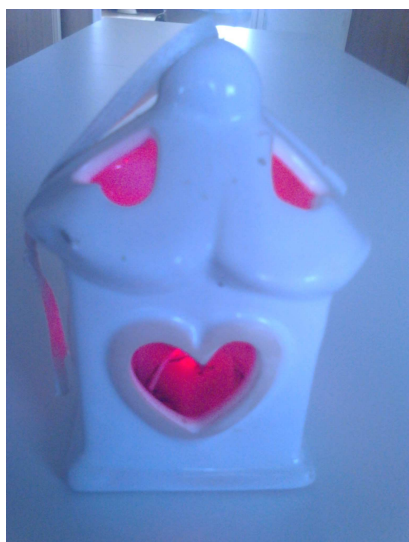
Občianske združenie Poradensko-rehabilitačné centrum sluchovo postihnutých, Novosadská 4, 917 00 Trnava,
tel. 0917 648 731 Email: poradenstvo.trnava@zoznam.sk



Obsah

• Obsah, Úvodné slovo, Zo života RC - PRCSP.....	2
• Jesenné aktivity Ilavskej organizácie, Spomienka na peknú akciu.....	3
• Deň úcty k starším v Žiline, Rozhovory so SP.....	4-5
• Viete čo je Barotrauma? Skryté titulky a nepočujúci.....	5-6
• Relax- Vtípy.....	7
• Poézia od našich SP , Dobrý recept od TG.....	8
• Kronika – Naši jubilanti, Smútočné oznámenie, Zaujímavosti zo sveta SP pre SP- Televízia a SP.	9-10
• Akustický neuróm, Príčiny ušného šelestu IV.časť, Viete že?.....	11-13
• Máte nový načúvací prístroj?	13- 14

Úvodné slovo



Je taká smutná chvíľa.
Skončí sa život a začne spomienka.
A taký čas na spomienky práve prichádza,
čas na zamyslenie sa nad životom tých,
ktorí medzi nami už nie sú.
Preto zapálme sviečku všetkým najbližším,
priateľom, kolegom, známym, tým,
ktorí odišli bez rozlúčky
a my sme im ani nestihli povedať,
čo všetko pre nás znamenajú.
Sú veci, ktoré nemôžeme nikdy zmeniť,
hoci by sme to veľmi chceli.
Zamyslíme sa aj nad našim rýchlym životom
a nájdime si čas na strenutia s tými,
ktorých máme radi, aby sme to v budúcnosti neľutovali.

Opäť prišiel deň, keď naše kroky vedú k tým, ktorých sme milovali a nás opustili. Niektorí predčasne, tragicky, iní chorobou i vekom.

Zapálme sviečky a spomeňme si i na svojich známych, priateľov, ale i na našich členov sluchovo postihnutých, ktorí nás v tomto roku opustili a venujme im spomienku.

Zo života RC

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 brámkou z Kollárovej ul. oproti 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

(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.

Jesenné aktivity Iľavskej organizácie...

Podhájska – 15. septembra 2015 sme mali možnosť prežiť jednodňový výlet, kde sme sa mohli počas celého dňa kúpať v liečivej vode, načerpať nových síl a liečivých účinkov.



Termálne kúpalisko Podhájska sa nachádza na juhu Slovenska, neďaleko Nových Zámkov, kde návštevníkom poskytuje možnosť oddychu, načerpania síl, celoročne. Súčasťou kúpaliska je aj novootvorené Wellness centrum Aquamarin. Počas letnej sezóny je možné využívať aj tobogany. *(J.Balážová)*

Spomienka na peknú akciu

Členovia PRCSF v Trnave a v Skalici zorganizovali pre svojich členov vo Veľkom Mederi oddychovú akciu. Zúčastnení členovia načerpali v príjemnom prostredí nové sily, vymenili si svoje skúsenosti v oblasti riadenia organizácií a plány na ďalšie spoločné aktivity.

Keďže sa im vo Veľkom Mederi páči a chodia sem pravidelne každý rok, určite zavítajú aj v budúcom roku. Veríme, že tých účastníkov bude na budúce ešte viac... *(M.Stross)*



Deň úcty k starším v Žiline

Dňa 22.októbra ZO SUSP v Žiline uskutočnila milú akciu Deň úcty k starším spojenú aj s oslavou jubilantov v Dennom centre na Kmeťovej ul.č.38. Túto akciu zahájil p. predseda Gargulák príhovorom k skôr narodeným a na záver zablahoželal jubilantom v r.2015 všetko najlepšie a veľa síl do ďalšieho života : sú to títo členovia našej ZO: Katarína OROLÍNOVÁ 90 r., František MAŇAS 90

r., Justína ŽIAČIKOVÁ 85 r., Ing. Jozef FEIFIČ 80 r., Amália BOBULOVÁ 65 r., Rastislav ZÁVODSKÝ 65 r., Ing. Magda FEIFIČOVÁ 55 r., Anežka ŽIDKOVÁ 45 r., a boli im odovzdané milé darčeky ktoré pripravili naši členovia Oľga Gabrišová, tajomníčka ZO a zároveň Eva Monošiová pokladníčka ZO a ostatní členovia, ktorí sa postarali o pohostenie na tejto vydarenej akcii a zároveň sme si spomenuli na našich členov, ktorí už nežijú a sú to: Vladimír MELZER 88 + , Anna KARDOŠOVÁ 79+ , Ladislav LOKŠA 52+ .



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 spokojný/á so svojim 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 koníčky, chodíte medzi sluchovo postihnutých? Kde sa lepšie cítite? Medzi zdravými alebo rovnako postihnutými?
- Aký je váš názor na kochleárne implantáty?
- Čo by ste si najviac želali v živote? Čo by ste ešte chceli dosiahnuť?

Miroslav, dôchodca

(prosím o anonymitu, ďakujem)

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

Sluch som začal strácať postupne až vo veku 75 rokov. Začal som si púšťať hlas na TV a na rozhlas hlasnejšie a pri rozhovoroch som začal pociťovať, že nerozumiem a prekážalo mi, ak rozprávali viacerí naraz. Teda som sluch stratil ako senior.

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 zdravý a počujúci som dosiahol všetko čo som chcel. Teda aj slušné postavenie. Rodina začala vnímať moju stratu sluchu tak, že som začal hlasnejšie rozprávať, teda som zvyšoval hlas, aby som sa počul. Rodinní príslušníci na to začali tiež hlasnejšie artikulovať a až tak, že ich musím teraz brzdiť, aby tak hlasno na mňa nehovorili... (smiech)

Ako ste spokojný so svojim povoláním, čo ste chceli študovať a sa vám nepodarilo?

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

Ako zdravý človek v mladosti a v produktívnom veku som získal primerané vzdelanie i postavenie, odchoval som tisícky mladých ľudí, dal som im do života odborné vzdelanie. Splnil som si svoje detské sny. Som so svojim životom spokojný, čo som za svoj život vykonal a čo po mne i zostalo. Nosím zvukovodový načúvací prístroj na jednom uchu. Som dosť nervózny, lebo mi často vypadáva zvuk v nezvyčajných situáciách a preto ho nepoužívam denne, len keď niekam idem a chcem vtedy dobre počuť. Ale i tak mi neraz zlyhá v nečakanej chvíli. Dosť to stresuje. Možno je chyba

v načúvacom prístroji, nechápem, prečo ale po čase znovu funguje. Mám ho však iba jeden a ak by som ho dal do opravy, zostal by som na nejaký čas bez neho, čo ma tiež dosť stresuje. Preto je veľmi smutné, že nemáme náhradný načúvací prístroj automaticky, neprihliada sa na to, že sluchovo postihnutý by mal mať v rezerve ešte jeden. Kompenzačné pomôcky pre sluchovo postihnutých nepoužívam vôbec, okrem obyčajných slúchadiel na TV a rozhlas. Komplikované vybavovanie a behanie po lekároch ma na staré kolená desí.

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

Mojimi koničkami je záhrada a domáce zvieratká, kde sa ako dôchodca realizujem. Čo sa týka otázky, či chodím medzi sluchovo postihnutých, chodím, ale iba občas, som spoločenský typ, tak sa viac pohybujem medzi zdravými, kde mám možnosť získavať nové poznatky a poučné myšlienky. Medzi sluchovo postihnutými nenachádzam partnerov na voľné debaty na vyššie odborné oblasti tém, ktoré ma bavia. Ale nič v zlom...

Aký je váš názor na kochleárne impantáty?

Je to úžasný medicínsky vynález a som veľmi rád, že také niečo existuje! Keďže som už v pokročilom veku (84 rokov), v mojom prípade by to už neprichádzalo v úvahu. Ale, určite by som to odporučil mladým, ktorí nepočujú a sú vhodní na takýto zákrok, aby neváhali a využili možnosť vďaka tomuto medicínskemu zázraku objavovať svet zvukov a svet bežnej komunikácie.

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

Čo by som si najviac želal v živote? Aby som zomrel na starobu a nie na chorobu. A dožil sa v dôchodku toľko rokov, koľko rokov som bol činný v produktívnom veku. (smiech)

Aj napriek už vyššiemu veku sa nesnažím vysedať, som aktívny, práca ma veľmi baví a tak sa venujem práci na záhrade, a okolo domu. Ako sedemdesiatročný som postavil nový dom a práce mám stále neúrekom. Kamaráti sa mi vysmievali, že si ho veru neužijem. Užívam, už pekných pár rokov! Preto sa snažím byť ešte dlho v pohode a v dobrej kondícii. V našom rode je zvykom neustále plánovať a aktívne pracovať až do stovky. Aj moja mamička k tomu nemala ďaleko. Myslím do tej stovky. **Dakujeme za rozhovor.**

Viete čo je Ušná barotrauma ? – (prasknutý ušný bubienok)

Táto ušná barotrauma vzniká pri potápaní sa a je spôsobená **nevyrovnaným tlakom** v uchu potápača. Skúsený potápač vyrovnáva tlak v uchu **tzv. Valsalvovým manévrom**: stisnutím nosa a "fúknuť" do nosa proti odporu, pričom sa vyrovná tlak **tzv. Eustachovou trubicou**, ktorá spája dutinu nosnú a stredné ucho. Pokiaľ nie je potápač schopný úspešne tento manéver previesť, potom vysoký tlak na bubienok môže spôsobiť jeho pretrhnutie, pokiaľ tlaková záťaž prekročí 0,5 baru. K tomu môže dôjsť už v hĺbke **5 metrov**.



K príznakom tejto potápačskej nehody patrí: náhla prudká bolesť v uchu, zhoršenie sluchu, závrat, nasleduje tupá silná bolesť v uchu a príľahlých dutinách. Potápači postihnutí touto príhodou by mali byť vyšetrení príslušným odborníkom, aby sa vyhli komplikáciám, ktoré by mohli viesť k hluchote.

Prvá pomoc je len prekrytím ucha krycím mulovým vankúšikom. Je nutné sa v rámci prvej pomoci **vyvarovať** podaniu ušných kvapiek do postihnutého ucha a používaniu vatových či iných upchávok. Pokiaľ dôjde k prasknutiu ušného bubienku je úplne **nevhodné** prevádzať hore popísaný Valsalvov manéver. (zdroj internet)

Skryté titulky a nepočujúci

V médiách sa objavila správa pod názvom: Slovenský zväz nepočujúcich chce riešiť skryté titulky komplexne. Nepáči sa im, že novela zákona o vysielaní a retransmisii nepokrýva problematiku skrytých titulkov komplexne. Spokojní sú s vyhláškou MK SR, ktorá presne stanovuje, ako majú titulky vyzerieť. Avšak okrem kvality požadujú riešiť aj ich kvantitu.

Do novely chcú doplniť časový harmonogram pre vysielanie skrytých titulkov až do 100% vo všetkých televíziách na Slovensku, vrátane úhrady časti nákladov vysielateľom a distribúterom za výrobu a prenos skrytých titulkov.

V súčasnosti musia súkromní vysielatelia uvádzať 10% všetkých svojich programov so skrytými či otvorenými titulkami, alebo v posunkovej reči, či do nej tlmočených. RTVS musí na Jednotke a Dvojke opatriť 50% všetkých programov skrytými alebo otvorenými titulkami. Ministerstvo kultúry pripomína, že sa k tejto téme vyjadrovalo niekoľkokrát počas rokovaní pracovnej skupiny, ktorá sa podieľala na príprave novely a návrhu vyhlášky. Jej členom bola tiež Národná rada občanov so zdravotným postihnutím. Rezort od začiatku rokovaní deklaroval, že percentuálny podiel programov s multimodálnym prístupom, teda so skrytými alebo otvorenými titulkami, v posunkovej reči nepočujúcich alebo s hlasovým komentárom pre nevidiacich, sa zvyšovať nebude.

Chcel hlavne dosiahnuť zlepšenie ich kvality. „Nakoľko v súčasnosti dochádza v praxi k situácii, keď vysielateľ síce odvysielal program, ktorý je sprevádzaný titulkami alebo hlasovým komentovaním, no pri prenose vysielania prevádzkovateľom retransmisie sa tento program dostane ku koncovému užívateľovi bez nich“. Podľa ministerstva treba počkať, ako sa bude novela uplatňovať v praxi, pričom sa v budúcnosti nebráni diskusii o možnom zvýšení percentuálneho podielu takýchto programov....

Z toho vyplýva zopár otázok.

Prečo Slovenský zväz nepočujúcich sa nezaobera otázkou zvyšovania a kvality tlmočenia programov a zasahuje do skrytých titulkov, ktoré viac menej využívajú predovšetkým sluchovo postihnutí, a tí majú iný názor na kvalitu skrytých titulkov?

Mnohí sluchovo postihnutí, ktorých je na Slovensku väčšina, sa dožadujú, **aby boli vysielané titulky tak, aký dialóg vedú herci v programe a nie, aby sa titulky zjednodušovali, menili slovné.** Možno si myslíte, že je to malichernosť sluchovo postihnutých, ale omyl! Sluchovo postihnutí, ktorí trpia percepčnou poruchou sluchu a **sú odkázaní na pochopenie a zmysel slov pomocou konfrontácie počutého s textom, majú rovnako právo na kvalitu skrytých titulkov a vyjadrovať sa k tomu!** Ak zachytia s načúvacím prístrojom iné, ako čítajú v titulkoch, sú dezorientovaní, strácajú na kvalite kultúrneho zážitku alebo získanej informácie. V posledných rokoch sa do skrytých titulkov obuli výlučne nepočujúci zástupcovia a názory ostatných sluchovo postihnutých ich nezaujímali. Alebo ich dostatočne nereprezentovali.

Národná rada občanov so zdravotným postihnutím nemá podchytené všetky organizácie sluchovo postihnutých a prevahu majú zástupcovia nepočujúcich. **Nič v zlom, ale je dôležité, ak sa má niečo riešiť, tak nie výlučne iba pre jednu skupinu zdravotne postihnutých.**

Parketa Slovenského zväzu nepočujúcich by mala byť predovšetkým v posunkovej reči a tlmočenie programov v posunkovej reči. **Je ťažké samozrejme vyhovieť všetkým, ale sluchovo postihnutí sú skromnejší a im záleží len na tom, aby sa skryté titulky vysielali súčasne s dialógom účinkujúcich bez zbytočných farebných odlišení, alebo akýchsi slovných doplnkov. Aj tak je pri dnešnej kultúre reči problém prečítať rýchlo bežiacie titulky a pochopiť ich zmysel. A nepočujúci, ktorí majú problém s porozumením čítania, neradi čítajú, a preto sa dožadujú jednoduchších titulkov! Čím však poškodzujú najväčšiu skupinu sluchovo postihnutých!**

Preto bude úlohou našich zástupcov sluchovo postihnutých, aby aj oni vyjadrili za väčšinu sluchovo postihnutých svoj názor a požiadavky, aké majú byť skryté titulky pre sluchovo postihnutých. Z radov čitateľov sa už ozval aj jeden sluchovo postihnutý pán Ján Marák, ktorý poukázal aj na takú vec, že po digitalizácii programy vysielané s HD rozlíšením, sa skryté titulky nevysielajú. A ak bude pokračovať stále tento trend s HD rozlíšením, tak budeme vôbec vidieť skryté titulky?

Skutočne je veľmi zlé, že nie sme jednotní, že nebojujeme za spoločnú vec rovnako a že každý ťahá za svoj koniec a potom vznikajú situácie, že niekto je na koni a ostatní trpia. *(K.Brázdovičová)*

Múdre slová

Šťastie nespočíva v tom, že môžeš urobiť to, čo chceš, ale v tom, že vždy chceš to, čo robíš.

RELAX



Príde chlapík do baru, objedná si 3 vodky a deci sódy. Barman ho obslúži, chlapík najprv vypije sódu a potom preleje všetky 3 vodky do toho decového pohára. Barman sa začuduje:

- Jej, vy ste kúzelník?
- Host' vytiahne preukaz a odpovie:
- Nie. Slovenská obchodná inšpekcia.

Petko bol s mamičkou na nedeľnej omši v kostole, keď naraz mu prišlo špatne a tak hovorí mamičke:

- Asi budem chorý. Je mi zle, chce sa mi vracať.

Mamička rozmýšľa a hovorí :

- Tak sa rýchlo postav, vybehni von a na trávnik k tomu kríku. Tam sa môžeš vyvracať a nikto ťa neuvidí.

Petko sa zdvihol a ani nie za minútu je späť s výrazom zjavnej úľavy.

Mamička sa udivene pýta:

- To si stihol tak rýchlo až k tomu krovu?

- Nemusel som tak ďaleko. Hneď pri dverách bola škatuľa s nápisom pre

Nemocné!

Žena stojí pred nebeskou bránou. Zrazu počuje hrozný krik, tak sa pýta svätého Petra čo to bolo.

- No vieš, to musia anjelikom urobiť tri dierky, dve na krídla a do jedného sa pripevní svätožiara.
- Och, to je hrozné. To ja radšej pôjdem do pekla.
- No, to by som ti neradil. V pekle ťa môžu znásilniť a budú to tam s tebou robiť stále dokola.
- Ale na to už dierky mám.

Jeden mladík práve urobil vodičský a hovorí otcovi, ktorý je kňaz, že chce auto. Otec ho odviezol do jeho izby a hovorí:

- Tak dobre, dohodneme sa. Ty začneš nosiť lepšie známky, budeš poctivo čítať Bibliu a skrátíš si vlasy. No, a časom môžeme hovoriť o aute.

Synak sa v škole snaží, z Bibliu cituje naspamäť. Tak mu za mesiac otec hovorí:

- Chlapče, robíš mi radosť. Tvoje štúdijne výsledky sú naozaj pekné a zdá sa, že i v teológii sa začínaš dobre orientovať. Ale čo tie vlasy?

- No otec, hodne som o tom premýšľal. Vieš predsa, Mojžiš mal dlhé vlasy, Noe mal dlhé vlasy, dokonca i Ježiš!

- Áno, synu, to je pravda. Ale oni tiež všade chodili pešo!

Dvaja policajti nemali kde bývať, a tak si kúpili vyradené spacie vagóny. Za pár dní sa zišli a rozprávajú sa, ako kto býva.

"Ja to mám dobré," hovorí prvý. "Akurát mám vo vagóne nápis 'Nefajčiari' a tak musím chodiť fajčiť von."

"Jéj, ty sa máš," hovorí druhý, "to ja mám na záchode ceduľku 'Používať len za jazdy', a než ten vagón roztlačím, tak sa poserem."



Poézia od našich SP

Starkin hrob

MišaK

Stojím pri opustenom hrobe v kúte cintorína.
Spí v ňom svoj večný sen starká moja.
Červenoarmejci spoločnosť jej robia.
Kedysi tu kopček stál, čas a lejak ho už dávno zarovnal.
Sirôtky povádnuté, ožívajú pri rannej vlahe.
Čierny drevený kríž práchnivie
a časom skryje i meno mŕtvej.
Pri ňom vánok ružiam pieseň šesestí.
Roky letia, len spomienky zostávajú.
Nevysychajú.
Spomienky na milú vráskavú tvár.
I na belobu tela z már.
Na teplú žilnatú ruku hladkajúc každý kvietok v puku.
Na slová plné nehy prezrádzajúce toľké túhy.
Päť detí v tvrdzi vychovala,
Celý svoj plodný život im venovala.
Zradná choroba k posteli pripútala.
K tomu i smrť druha blízkeho zo života iskierky uberala.
Život sa krátil zo dňa na deň,
až v jeden pekný deň v nemocnici navždy vyhasol.
Tu práchnivejú kosti milej, vráskavej, nežnej starej mati.
Kloním sa k zemi, kytku poľných kvetov kladiem na hrob.
Nech je vám zem ľahká stará mati.
Mali sme vás všetci veľmi radi.



Nezabúdaj

Štefan Naštický

Na deň... nezabúdaj naň,
keď ťa naposledy pohladila matkina dlaň.
Nezabúdaj na tú chvíľu krátku, sladkú,
veď každý nemá milujúcu mamu.
Nezabúdaj na ten deň, nech sa ti životom
nesie ako pochodeň. Nezabúdaj naň.
Veľa bóľu prešlo v matkinom živote zaň.
Veď to bola v tvojom živote najlepšia duša,
žiarila ako vo vesmíre Venuša.
Pohladenie, v bolesti slza,
v pohľade sa skvie neha,
vždy to bola obeta len a len pre teba.
Pracovala, aby si mal detstvo krásne,
nad jej láskou, nehou, pokorou,
až v dospelosti človek žasne.
Žila plným životom, čas jej uletel ako vietor,
ty si jej naplnil nádej, túžbu a
celý jej priestor.
Pre každého človeka je najvrúcnejšia láska
materinská, tak ako pre kresťana
laženosť nebeská.
Spomeň si na detstva bezstarostné chvíle,
k narodeninám si jej priniesol kvietok,
aké to bolo milé.
Slová útechy, v nepohode kopec lásky.
Ani si si nevšimol,
ako jej na čele pribúdali vrásky.
Pri daných starostiach zabudla
kedy bola mladá,
krásu pôvab zamenila za drinu,
lebo ťa mala rada.
Tu zastaň...na chvíľu maličkú,
na jej pamiatku a úctu,
vždy ulož na hrob kytičku.

Dobrý recept s Trnavským Gongom

Grilovaný losos na víne



Potrebuje:

**4 filety z lososa (á 150g-170g), 2-3 strúčiky cesnaku, 4 PL
bieleho suchého vína, 4 PL olivového oleja, 1ČL
sušeného provensálskeho korenia , soľ, mleté čierne
korenie, 1 limet.**

Postup:

Pripravíme si marinádu: Ošúpaný cesnak nakrájame na plátky a dáme do misky. Pridáme biele víno, olivový olej, provensálske korenie, mleté čierne korenie, soľ a premiešame.

Filety z lososa umyjeme, osušíme papierovým obrúskom a pokvapkáme šťavou z polovice limetu. Prelejeme ich marinádou a v hlbšej nádobe alebo mise necháme prikryté odležať v chladničke 4 až 12 hodín.

Filety vyberieme z marinády, pozdĺžne prepichujeme drevenou špajdlou, ktoré sme predtým namočili na pol hodiny do studenej vody. Položíme na gril a z oboch strán grilujeme

asi 10 minút. Priebežne potierame marinádou. Pokvapkáme šťavou z druhej polovice limetu a podávame s čerstvou zeleninou, grilovanými zemiakmi alebo s bielym chlebom.

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.

Príjmite 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.



V mene ZO SP v Žiline chceme popriať do ďalších rokov pevné zdravie, elán a pohodu naším členom, ktorí oslávil krásne životné jubileá a sú to:

Katarína OROLÍNOVÁ 90 rokov, František MAŇAS 90 rokov, Justina ŽIAČIKOVÁ 85 rokov, Ing. Jozef FEIFIČ 80 rokov, Amália BOBULOVÁ 65 rokov, Rastislav ZÁVODSKÝ 65 rokov, Ing. Magdaléna FEIFIČOVÁ 55 rokov, a Anežka ŽIDKOVÁ 45 rokov.

Dňa 8.11. oslávil pekné životné jubileum člen PRCSP v Trnave p. **Jozef ZOLLER 65 rokov** a dňa 23.11. p. **Jozef ČECH 85 rokov** a dňa 29.11. oslávil krásne životné jubileum členka PRCSP v Trnave p. **Milena KOVÁČOVÁ 55 rokov**. Prajeme im pevné zdravie, radosť a pohodu do ďalších rokov života.

Dňa 12. 11. oslávil životné jubileum **65 rokov p. Pavol OBETKO**, dňa 17.11. krásne životné jubileum **70 rokov Štefan REBRO** a dňa 28.11. oslávi nádherné životné jubileum **90 rokov Jozef HREHOR**, členovia ZO SP ILAVA. Všetko len to dobré Vám želáme do ďalších rokov života, veľa zdravia, šťastia, rodinnej pohody a žiadne nehody.

Smútočné oznámenie

Smútiaca rodina oznamuje príbuzným, známym, priateľom a členom BSN, že dňa 15.11.2015 zomrela vo veku 65 rokov **Mária JANKOVIČOVÁ**. Kto ste ju poznal, venujte jej tichú spomienku.

Zaujímavosti zo sveta sluchovo postihnutých a pre sluchovo postihnutých

Televízia a sluchovo postihnutí

Medzi televíznych divákov patrí aj početná skupina sluchovo postihnutých. Popri túžbe po informáciách z domova i zo sveta, kultúrneho vyžitia, majú problém navyše, ktorý nemajú bežní televízni diváci!

Každý sluchovo postihnutý, má individuálnu poruchu sluchu, iný druh načúvacieho prístroja a aj iné kompenzačné pomôcky, ktoré mu pomáhajú počuť, vnímať zvuk. Je logické, že nám, sluchovo postihnutým pomáhajú aj skryté i otvorené titulky a pomáhajú nám ku kultúrnemu zážitku z programu. Samozrejme, ak je otitulkovaný. O skrytých alebo otvorených titulkoch budeme písať zvlášť, je to téma, ktorá si vyžaduje samostatný článok.

Poukazujeme na závažný problém, ktorý značne komplikuje sledovanie televíznych programov a jeho „umeleckého zážitku“.

Odjakživa sa „umelecké“ filmy, inscenácie, seriály „podfarbovali“ hudbou, aby v divákovi umocnili situáciu v deji, jej dramatickosť. To by bolo v poriadku a patrí to k umeniu. Lenže, v posledných rokoch akoby režiséri týchto diel absolútne nerozmýšľali, alebo sa nezamýšľali, že hlučná hudba je nepríjemná a úplne prehlušuje dialógy hercov. Akoby dej s hlasom hercov nahráli zvlášť a hudbu

nakoniec len doplnili, namixovali. Pritom absolútne zabudli, že hudba je o niekoľko tónov silnejšia ako hlasy hercov v dialógoch. Možno zdravé ucho televízneho diváka to tak nepocítiť, pretože zdravé ucho pri prijímaní väčšieho nárazového hluku, alebo zvuku, stlmí zvuk automaticky a človek ten hluk bolestne nevníma, pokiaľ neprekročí určitú zvukovú hranicu, kedy môže hluk už sluch poškodiť.

U sluchovo postihnutých je to práve naopak, mnohí zo sluchovo postihnutých, majú také poruchy sluchu, že náraz hlučného zvuku dostávajú priamym zásahom a ten spôsobuje doslova neznesiteľnú bolesť z hluku!

Predstavte si také pozeranie programu v televízii, ako ho vníma sluchovo postihnutý.

Máte samozrejme napr. digitálny načúvací prístroj nastavený na svoje parametre trvale, a k tomu používate napr. slúchadlá, aby ste nerušili susedov a pritom lepšie počuli a rozumeli, čo sa v televízii rozpráva. **K tomu si musíte po ruke pripraviť aj ovládač na televízor, pretože pri každej hudbe musíte automaticky zvuk znižovať a naopak pri dialógu hercov zas zvuk zvyšovať....** Ak je hudba počas dialógu herca, čo sa v poslednom čase stáva sústavne, môžete napínať sluch ako chcete, máte čo robiť, aby ste vôbec porozumeli dialógu hercov! V realite je to tak, že počas hudby a zároveň dialógu, vôbec nič nezachytíte, alebo iba čo-to a máte výpadok dialógov v deji. Prichádzate o kultúrny zážitok, na ktorý máte rovnako právo, ako každý zdravý televízny divák!

Takto vnímajú mnohí sluchovo postihnutí s percepčnou poruchou sluchu, ktorí majú problém s porozumením ľudskej reči a skôr potrebujú dialógy bez tej hudby.... aby mali vôbec nejaký umelecký zážitok z programu. A, ak k tomu každých 15 minút nečakane naskakujú hlučné reklamy, je to doslova zabíjak sluchu! O tom, aké nervy prežíva sluchovo postihnutý pri pozeraní televíznych programov v posledných rokoch, ani nehovorím.... A o opotrebovanosti televízneho ovládača? To si určite domyslíte.

Hlučná hudba ničí sluch aj zdravým televíznym divákom. Sťažujú sa na to aj seniori, nielen tí čo postupne ohluchli, ale aj ktorí ešte celkom dobre počujú. Aj napriek tomu, že na pôde Národnej rady SR začali riešiť otázku obmedzenia intenzity zvuku a sa zapojili do projektu OSN proti hlučným reklamám, aby sa hlučné reklamy stlmili. Avšak hudbe v pozadí programov v televízii, rozhlase, vo filmoch, kde tiež hudba prehlasuje dialóg, na to sa akosi pozabudlo. Nikto to však dodnes nerešpektuje a televízny divák dostáva doslova šoky pri zmene ohlušujúceho zvuku z reklám.

Zrejme je všeobecne brané, že zdravé ucho to prijíma ináč, nepocítiť to tak, **ale zabúda sa na to, že žijeme v hlučnom prostredí, že svet samotný je veľmi hlučný, žijeme v mimoriadnom hlučnom smogu a poškodzuje všetkým ľuďom sluchový orgán. Ľudia už úplne zabudli čo je to ticho! Nevedia existovať v tichu. Dokonca ani oddychovať či vôbec spať. Zabúdajú, že sú potenciálni pacienti na stratu sluchu. Pritom je dokázané, že hluk spôsobuje agresivitu u človeka. Vyvoláva aj psychické poruchy. Preto pre zdravý štýl života treba urobiť niečo viac.**

Chýba nám v televízii kultivovaný pokojný prejav bez zvyšovania a zrýchľovania hlasu, hlučného pozadia. Mnoho programov stráca na umeleckej úrovni, **hlavne filmárov treba donútiť, aby dialógy boli bez hlučnej hudby v pozadí, ktorá môže byť skôr tlmená, aby nezastrela dialóg.** Najnovšie i rozhovory na obrazovkách sa sprevádzajú hudbou, čo je mimoriadne rušivé...

Čo je šokujúce, že dokonca hudbu zaviedli aj pri rozhovoroch v rozhlase (napr. Nočné dialógy, nejaký čas sprevádzala hudba aj program o počasí na JOJke...)

Niektoré hudby v dielach sú nepríjemné a kazia celkový dojem z diela. **Zlá, prípadne nepríjemná a hlučná hudba, je hyenizmus voči dielu, ktorý sa natočil.** Ale, za to sú už zodpovední režiséri, aké dielo vytvorili. Zvuk hudby by mal byť vždy o niekoľko stupňov nižší ako je zvuk dialógov hercov. A nikdy by sa nemal prelínať s dialógom, ale až po ňom, ako umocňovanie určitého deja, či situácie.

Z posledných takých diel, ktoré sú hlučkovo nepríjemné, sú napr. Kukučka, Búrlivé víno, Divoké kone, Rodinné príbehy, Moja mama lepšie varí ako tvoja a pod. Aj my sluchovo postihnutí, chceme pozeráť televízne programy, zabaviť sa a kultúrne sa vyžiť, ak sa to v dnešnej dobe dá nazvať kultúrou...

Aj toto by mala byť úloha kompetentných funkcionárov zastupujúcich sluchovo postihnutých, aby riešili túto otázku nielen v záujme ochrany zdravia už sluchovo postihnutých, ale aj ako prevenciu zdravých občanov, ktorí vôbec netušia, aké problémy prináša strata sluchu v živote. (*K.Brázdovičová*)

Akustický neuróm



Akustický neuróm je neobvyklý, nerakovinový (benígny) a zvyčajne pomaly rastúci nádor, ktorý sa vyvíja na hlavnom nerve vedúcom z vnútorného ucha do mozgu. Vzhľadom k tomu, že vetvy tohto nervu priamo ovplyvňujú rovnováhu a sluch, môže tlak akustického neurómu spôsobiť stratu sluchu, zvonenie v uchu a stratu rovnováhy.

Je tiež známy ako vestibulárny schwannom, akustický neuróm zvyčajne rastie pomaly alebo nerastie vôbec. Avšak, v niektorých prípadoch, môže rýchlo rásť a stať sa natoľko veľkým, že tlačí proti mozgu, čo spôsobuje rôzne komplikácie. Liečba akustického neurómu zahŕňa pravidelné monitorovanie, ožarovanie a chirurgické odstránenie. Príznaky

akustického neurómu sa vyvíjajú v závislosti od priameho vplyvu na hlavný nerv, alebo z tlaku, ktorý vyvíja nádor na príslušné nervy, okolité cievy alebo mozgové štruktúry. Vzhľadom k tomu, že nádor rastie, môže byť pravdepodobné, že spôsobí určité príznaky a symptómy, ale veľkosť nádoru nie vždy stanovuje jeho možné účinky. Je možné, že aj úplne malý nádor spôsobí výrazné príznaky.

Človek s akustickým neurómom môže zaznamenať príznaky a prejavy, ako sú:

1. -Strata sluchu, zvyčajne postupná, aj keď v niektorých prípadoch môže byť náhla a vyskytujúca sa len na jednej strane alebo je viac zreteľnejšia na jednej strane
2. -Zvonenie (tinnitus), v postihnutom uchu
3. -Poruchy rovnováhy, strata rovnováhy
4. -Závrat (vertigo)
5. -Necitlivosť tváre a veľmi zriedka aj slabosť

V zriedkavých prípadoch, akustický neuróm môže rásť do takej veľkosti, že komprimuje mozgový kmeň a ohrozuje život človeka. *(zdroj internet)*

Príčiny ušného šelestu IV. časť

Liečba ušného šelestu

Ťažko teraz nájsť prostriedok, ktorý ešte nebol vyskúšaný k liečbe ušného šelestu. O liečbe sa zmieňuje už Hippokrates 400 rokov pred Kristom.

V Mathioliiho herbári (1596) sú uvedené účinky „niektorých rastlín na ušný šelest“. V zozname liekov „prípadajúcich k ušným chorobám, je uvedená tiež skupina látok, ktoré „hučanie a zvonenie v ušiach tlmia“. Sú to Bobrový stroj do ucha vložený. Figy s horčicou priložené (surové figy s horčicou sa zmiešajú a roztlčia, na uši sa priložia, stlmia zvonenie i hučanie v ušiach). Saft manholtový (manholtová miazga do uší vpustená ušný šelest stlmí). Porový saft (šľava s octom, kadidlom, mliekom alebo ružovým olejom do uší naliať) a cibuľový saft (cibuľová miazga do uší naliata). A podobné „zaručené rady“ vtedajších liečiteľov, spôsobujú úsmev na tvári a značné pochybnosti o ich účinkoch... Aká bola liečba nedoslýchavosti a ušného šelestu v minulých storočiach?

Spočívala v izolácii vo zvukotesnej miestnosti, uši zabalené vo vate, na podlahe koberec, na nohách mäkké papuče a žiadne návštevy. Izolácia trvala niekoľko týždňov a bola pre pacientov skutočným žalárom, ako písal svojej dcére Bedřich Smetana, ktorý túto liečbu podstúpil. Používali sa rôzne mastičky, katetrizácie, instilácie, plyny, elektrizácie.

Kutvirt, ktorý u nás ako prvý vydal učebnicu ušného lekárstva (Kutvirt 1919), doporučuje proti ušnému šelestu preparáty brómové alebo extrakt námelu. Uvádza, že vo Francúzsku sú populárne Meglinové pirulky, ktoré obsahujú extrakt z indického konope! (Rp. Zinci oxidati, extr.hyoscamii, extr.valeriane aa 1.80, extr. Cannab.indicae 0.3.-0.6, ut.f.pil.NroXXX. 3-6 tabletiiek večer v hodinovej prestávke.)

Reakcie pacientov na ušné šelesty sú značne rozdielne. Väčšina pacientov sa naučí s ušným šelestom žiť, ale niektorí znášajú ušný šelest veľmi zle. Trpia nespavosťou, chronickou únavou, zmení sa ich chovanie. Nie sú výnimkou ani samovražedné pokusy. Niektorí za sebou majú neprehľadný počet vyšetrení a liečebných procedúr.

V predchádzajúcich kapitolách sme popisali ušný šelest ako príznak celej rady chorôb sluchového orgánu. Znamená to teda, že ušný šelest liečime podľa diagnózy.

Pri obturácii vnútorného zvukovodu ušným mazom, cerumenom, stačí mechanické odstránenie prekážky a ušný šelest a nedoslýchavosť zmizne.

Pri nedoslýchavosti spôsobenej vekom sú zmeny trvalé a preto možno očakávať skôr zhoršenie sluchu a rezistentnosť ušného šelestu voči akékoľvek liečbe.

Neznamená to však, že ušný šelest nie je možné ovplyvniť, jeho hlasitosť možno znížiť slúchadlom alebo tinnitus maskerom.

Preto prvým krokom pri liečbe ušného šelestu je stanovenie diagnózy choroby. U pacientov so zníženou funkciou štítnej žľazy dáme príslušné substitučné lieky, u začínajúcej cukrovky je treba upraviť diету. Sme schopní ovplyvniť zvýšený krvný tlak, poruchu lipidov.

Konzervatívna liečba

Lieky používané k ovplyvneniu ušného šelestu intravenózne anestetiká – Lidocain, Mesocain. Lidocain (lignocain) je účinné anestetikum, jeho vplyv na ušný šelest bol zistený náhodne, pri vnútrožilovom podávaní lieku proti bolesti. Intravenózne anestetiká boli skúšané už skôr pri liečbe Méniérovej choroby (Fowler 1953). Liek sa zdá účinnejší u kochleárných poruchách.

Tegretol – Biston- Carbamazepin

Pôvodne používaný k zmierneniu tzv. centrálného typu bolesti. Na začiatku sa podáva 3x100 mg denne a dávka sa pozvoľne zvyšuje denne o 100 mg, až je dosiahnutý liečebný účinok, maximálne však 3x200 mg denne.

Vazodilatancia

Názov vazodilatancia, t.j. látky, ktoré rozširujú cievy, nie je pre túto skupinu presný, pretože sem patria i látky ovplyvňujúce prietok krvi telom iným spôsobom, než vazodilatanciou. Preto sa teraz používa radšej názov vazoaaktívne látky.

Pretože receptor, vlásková bunka, je závislá na prísune kyslíka a významné pre regeneráciu bunky. Vazoaaktívne látky nepôsobia výlučne na receptory, ale ovplyvňujú i činnosť mozgu a preto pôsobi i centrálné. V súčasnej dobe najčastejšie užívame deriváty z vinca minor- cavinton. Z ďalších vazoaaktívnych látok menujeme Dusodril, xanidil, Bradillan, ale vazodilatačné účinky majú i anestetiká napr. Procain. Medzi periférnu vazodilatanciu patrí i alkohol. Malé perorálne dávky alkoholu zmierňuje ušný šelest. To by mohlo byť príčinou pozitívneho účinku rôznych bylinných liehových esencií.

Kontrastné vnútrožilové látky

Pri kontrastnom rentgenovom vyšetrení sa podávajú vnútrožilové látky, ktoré na snímku zvýraznia žiadané štruktúry. Náhodne sa zistilo, že po ich podaní sa zmiernila intenzita ušného šelestu. Pretože sa však u nás vyskytli po podaní kontrastných rtg látok komplikácie, túto liečbu nedoporučujeme.

Válium- Diazepam

Patrí k najpredpisovanejším liekom pri ušnom šeleste, ale jeho účinok je len ukladňujúci, nie je to špecifický liek proti ušnému šelestu. Musíme byť opatrní u depresívnych pacientoch, pretože podávanie lieku môže vyvolať nežiaduce reakcie.

Myorelaxantia

Sú to lieky uvoľňujúce svalové kontrakcie. Používajú sa preto u cervicokarniálnych syndrómoch pri postihnutí krčnej chrbtice.

Secatoxin – preparáty z námelu

Preparáty z Gingko biloba - ginko dvojlaločnatého, stromu pôvodom z Japonska. Používajú sa jeho listy (napr. preparát Rokan firmy Intersan, SRN).

Miestne aplikácie liekov. Inštalácia anestetika do stredoušnej dutiny.

Pomocou tentkej ihly sa do stredoušia inštaluje 1 ml anestetika. Najčastejšie sa používa 1-2% Mesocainu. Výkon sa prevádza poležiačky. Bubienok sa pred preťatím čiastočne znecitlivie Banainovým roztokom a Xylocain gelom. Pred zavedením ihly treba odsať zvyšky Banainového roztoku, aby sa nedostali do stredoušnej dutiny. Roztok obsahuje Fenol a môže podráždiť vestibulárne ústrojenstvo.

Iontoforéza anestetika do stredoušnej dutiny

Ide o nekrvavú variantu prvej metódy. Elektroda sa vloží do vonkajšieho zvukovodu a anestetikum sa z vatového tampónu iontoforézou prevádza do stredoušia. Aktívnu látku necháme pôsobiť 15 minút a aplikáciu niekoľkokrát opakujeme. Sledujeme skoré a dlhodobé ovplyvnenie ušného šelestu.

Obstrek anestetikom retroaurikárne

Miestne anestetikum pôsobí znecitlivenie senzitivných nervov. Používame miestne anestetiká Procain a Mesocain. Pozor u alergikoch na nežiaduce reakcie.

Blokáda ggl.stellare anestetikom bola navrhnutá k liečeniu Méniérovej choroby a ušného šelestu. Warrick (1969) ju považuje za účinnú, pretože uvoľňuje spasmus dolnej sluchovej vetvy a. cerebelli inferior. Pôvod Méniérovej choroby vidí tento autor v ischemii (nedostatočnom prekrvení) vnútorného ucha. Ušný šelest sa podľa autorových skúseností zlepšil u 56% pacientov s ušným šelestom, ale len 27% u pacientov s Méniérovou chorobou. Blokáda sa prevádza aplikáciou miestneho anestetika ihlou priamo do ganglia. Miesto vpichu je dané trouholníkom jugulum, predný okraj m. sternocleid-

mastoideus (kývač) a hrtan (incisura thyreoidea superior). Úspešná aplikácia vyvolá príznaky Hornerovho triasu.

Intradermálne výbežky C chrbtice

Celý rad ušných šelestov spojených s bolesťami v krčnej oblasti a horných končatinách so súčasnou závratou je spôsobená cervicocraniálnym syndrómom. Príčinou je dráždenie krčných nervov, vyvolané chybným postavením krčných obratlov. Zmeny sú viditeľné na rtg snímku a vedú ku stiahnutiu svalov. Po intradermálnej (vnútrožilovej) aplikácii anestetika okolo obratlov sa reflexne kontraktúra svalov uvoľní a potiaže vymiznú. Táto metóda je veľmi účinná.

Manipulácia krčnej chrbtice

Rehabilitácia krčnej chrbtice sa považuje za veľmi dôležitú, pretože celý rad ušného šelestu a porúch spojené so závratmi a bolesťami na krku je spojená s poruchou postavenia krčnej chrbtice.

Elektrostimulácia a supresia tinnitu

Elektrický prúd má vplyv na vnútorné ucho a na sluchový nerv. U normálne počujúcich osôb vzniká pôsobením elektrického prúdu tzv. Elektrofonny jav, počutie slabých tónov s kmitočtom zodpovedajúcemu kmitočtu stimulačného prúdu. U hluchého ucha vyvoláva elektrický prúd drážením prežívacích vlákien sluchového nervu zvukové vnemy, ktoré sú úplne iné než normálne zvuky a ktoré sa využívajú k liečbe obojstrannej hluchoty kochleárnej implantácie. O účinku elektrického prúdu na sluch sa ako prvý presvedčil A. Volta, vynálezca elektrického článku. Pri skúmaní účinku elektrického prúdu na ľudský organizmus si zaviedol do oboch zvukovodov elektródy a spojil ich so svojím článkom. Zvuk, ktorý elektrický prúd v ušiach vyvolal, pripomínal bublanie variacej sa tekutiny a bol veľmi nepríjemný.

V 19. storočí patrila elektroterapia k veľmi rozšírenej liečbnej metóde. Jej vedecké základy stanovil Brenner. Metóda bola zdiskreditovaná tým, že elektrizácia sa prevádzala takmer u všetkých ušných chorôb. Preto pozvoľna upadla v zabudnutí a bola vzkriesená až v roku 1954 Eyriesom a Djournalom. Autori sa pokúsili behom operácie cholesteatomu dráždiť elektrickým prúdom sluchový nerv a vyvolali u pacienta zvukové vnemy.

Elektrickou stimuláciou sa dá nielen zvuk v uchu vyvolať, ale dá sa ním aj potlačiť ušný šelest. Bohužiaľ, najúčinnější podnet, jednosmerný prúd v kladnej polarite, poškodzuje pri dlhodobom pôsobení receptorovej bunky vo vnútornom uchu a nie je teda pre túto liečbu využiteľný. Priekopník kochleárných implantácií W. House, uvádzal priaznivý účinok implantácie na ušný šelest u 50% implantovaných. Preto bolo urobených aj niekoľko pokusov o implantáciu stimulačných elektród pre ušný šelest, ale metóda sa neujala.

(MUDr. Miloslav Valvoda, dokočenie v budúcom čísle)

Viete že?

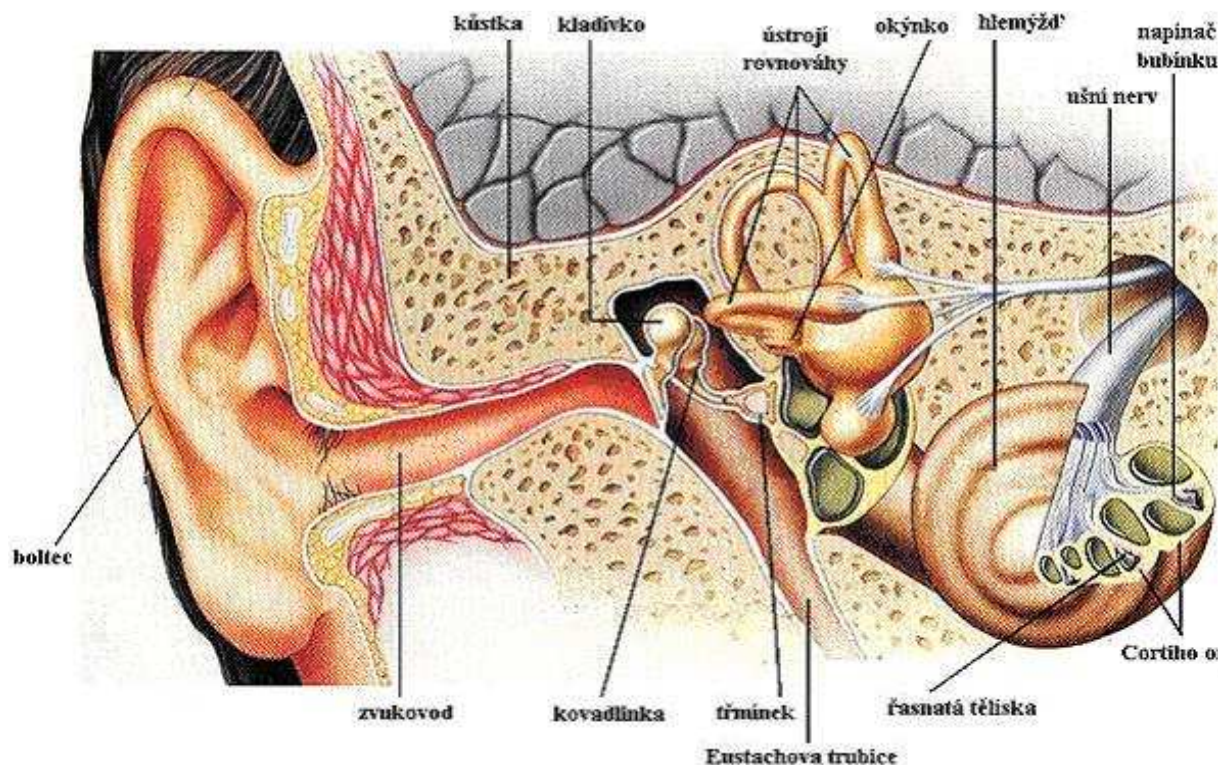
Na holandskej Delftovej technologickej univerzite pred pár rokmi vyvinuli okuliare s mikrofónmi na každej strane? Mikrofóny sledujú okolitý zvuk a spracúvajú ho takým spôsobom, aby nositeľ okuliarov lepšie počul. Nejde pritom len o vedecký experiment, ale o okuliare, ktoré sú komerčne dostupné. Okuliare nazvané Varibel zachytávajú zvuk v celom okolí nositeľa. Nesprostredkujú ho však ušiam priamo, ale aktívne zoslabia zvuky, ktoré sa nachádzajú v okolí, a zosilnia tie, ktoré prichádzajú k človeku spredu. Oddelia tak okolité zvuky od tých, ktoré smerujú priamo k nositeľovi okuliarov. Vedci tvrdia, že ich vynález pomôže predovšetkým starším ľuďom, z ktorých mnohí okrem slabného zraku trpia aj stratou sluchu. Väčšina v súčasnosti používaných zariadení na lepšie počutie zosilňuje všetky zvuky a majiteľom tak často spôsobuje komunikačné problémy, pretože všetky zvuky v ich okolí sa pre nich stávajú rovnocenné. Pri okuliaroch, ktoré zlepšujú aj sluch, zároveň odpadá estetický problém s načúvacími prístrojmi.

Máte nový načúvací prístroj ?

Tu nájdete zopár dobrých tipov ako zaobchádzať s novým načúvacím prístrojom.

- Chvíľu potrvá, kým si na načúvací prístroj zvyknete. Väčšine ľudí pomáha začínať po kratších časových úsekoch – pokojne aj len 15 minút – a postupne predlžovať dobu nosenia. Na začiatku je to podobné ako privykanie na kontaktné šošovky. Foniater Vám navrhne privykací kalendár, prispôsobený pre nového užívateľa.
- Mnoho problémov môže byť odstránených jednoducho, ako ich popis a vysvetlenie Vášmu foniatrovi. Ten potom prevedie cieleňé jemné doladenie. Pokiaľ je nutná oprava, vyžadujúca zaslanie načúvacieho prístroja do servisu.

- Ponúkame širokú paletu typov a modelov načúvacích prístrojov, takže nájsť načúvací prístroj, ktorý Vám bude vyhovovať je len otázkou času, ktorý venujete správne mu výberu pri konzultácii s Vaším foniatrom.
- Noste Váš nový načúvací prístroj spočiatku len niekoľko hodín denne a v pokojnom prostredí, aby si Vaše ucho opäť pomaly zvyklo na nové zvuky. Aj Vaše sluchové centrum sa tak najrychlejšie naučí rozlišovať medzi užitočným a neúžitočným signálom.
- Pomaly a opatrne stupňujte akustické zaťaženie.
- Prvé rozhovory vedte najskôr s jednou osobou. Naučte sa vnímať hlas opäť v normálnej hlasitosti. Snažte sa nacvičovať rozlíšenie zvukov, ktoré hneď nepoznáte.
- Učte sa s načúvacím prístrojom telefonovať. Pridržiujte telefónne slúchadlo priamo pri mikrofóne načúvacieho prístroja a zvykajte si na nové zvuky. Moderné načúvacie prístroje s MIP manažérom umožňujú i telefonovanie s mobilnými či bezdrôtovými telefónmi. Pokiaľ bez MIP manažéra dochádza k pískaniu, zväčšite jednoducho vzdialenosť telefónu od načúvacieho prístroja.
- Naučte sa s Vaším načúvacím prístrojom opäť počúvať televíziu a rádio. Neočakávajte, že budete všetkému ihneď dokonale rozumieť. Vzhľadom k veľkému kolísaniu medzi hlasitosťou hudby a hovoreného slova ani normálne počujúceho nerozumejú vždy všetko dobre.
- Pokiaľ sa chcete zúčastniť nejakej diskusie, sadnete si blízko k prednášajúcemu alebo reproduktoru. Pokiaľ je to možné, udržujte zrakový kontakt s prednášajúcim, pretože Vaše oči Vám pomôžu k lepšej zrozumiteľnosti.
- Nenoste načúvací prístroj v noci. Pokiaľ máte strach, že nebudete počuť budík, opýtajte sa odborného lekára, ten Vám poradí, aké sú pre túto situáciu kompenzačné pomôcky.
- Majte v zásobe vždy niekoľko batérií. (zdroj Audioprotetika Dunaj)



Sluchové ústrojenstvo je viac komplikované ako sa nám zdá

Milí sluchovo postihnutí, ak vás náš TG zaujal a máte záujem ho dostať, 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 PRCS, alebo si ho nájdete na www.trnavskygong.wbl.sk

Číslo TG November 2015 spracovala Katarína Brázdovičová