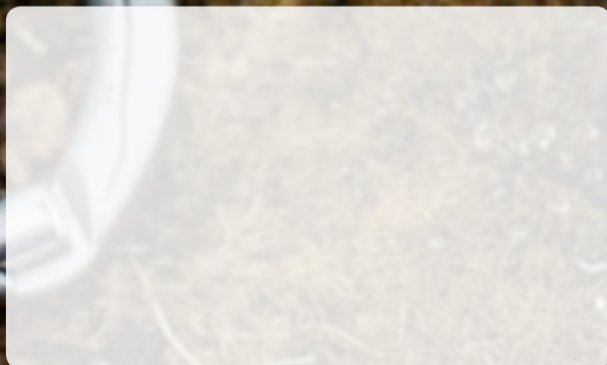


# ER DU IKKE KLAR TIL HØREAPPARATER?

Hvis du lider af høretab, er du ikke alene om det. Høretab er faktisk meget almindeligt. Ca. 360 millioner mennesker verden over lider af høretab. Høretab forbindes ofte med alderdom, men der er også flere og flere yngre mennesker, som får høretab.



## HJÆLP DIN HØRELSE



Trykt af KLS/2015-09. 9 502 3818 010 #01  
Widex er et varemærke registreret af Widex A/S.

Widex A/S, Nymøllevej 6, 3540 Lynge

[WWW.WIDEX.DK](http://WWW.WIDEX.DK)

**WIDEX**  
HIGH DEFINITION HEARING

**WIDEX**  
HIGH DEFINITION HEARING

# HJÆLPEN ER NÆR

Det kan være lidt af en udfordring at håndtere sit høretab.

Og der kan være mange grunde til at udsætte beslutningen om at få høreapparater, f.eks. frygt for at blive stigmatiseret, fornægtelse eller simpelthen manglende lyst til at acceptere høretab som en del af aldringsprocessen.

Men der er betydelig dokumentation for, at jo tidligere man reagerer på tegn på høretab, selv et mildt høretab, desto mere vil livskvaliteten blive forbedret på lang sigt.

Det er vigtigt at huske på, at høreapparater kan hjælpe, uanset hvornår man begynder at bruge dem.

I og med, at du læser dette, har du allerede taget et vigtigt skridt hen mod at få hjælp til din hørelse.

Og til at nyde de ting i livet, der betyder noget for dig – uanset hvor du er.



# DERFOR ER HØRE- APPARATER EN GOD IDE

Der er gjort store fremskridt inden for høreapparatteknologi i de seneste ti år. Moderne høreapparater er langt fra de klodsede apparater, man brugte tidligere. De er små, pæne og diskrete – og de kan behandle flere processer end en gennemsnitlig computer.

Naturligvis er der også andre fordele:

- Du vil føle dig mindre isoleret
- Du vil få lettere ved at kommunikere
- Det vil være lettere at deltage i sociale fællesskaber
- Du vil få mere selvtillid og uafhængighed
- Stress og depression vil blive lindret



# NÅR DU HAR FÅET HØRE- APPARATER

Det kan være en overvældende oplevelse, første gang man bruger høreapparater. Det tager tid at vænne sig til en ny verden af lyde. Hjernen har også brug for tid til tilvænnning, og lyde kan virke kraftigere end tidligere. Men der er ingen grund til bekymring – tilvænningsperioden er hurtigt overstået.

Prøv at gøre følgende, når du begynder at bruge høreapparater:

- Start langsomt ud med at bruge høreapparaterne i korte perioder, f.eks. en eller to timer om dagen
- Brug høreapparaterne i situationer, hvor der er få mennesker og ikke alt for meget støj
- Giv dig selv nogle pauser i løbet af dagen
- Undgå, at dine ører bliver ømme. Hvis de gør det, skal du kontakte høreklinikken
- Giv dig tid til at vænne dig til de nye lyde og fornemmelsen i ørerne

# ØVELSE GØR MESTER

Ligesom det gælder for så mange andre ting i tilværelsen, kan det være en hjælp for dig at udvikle en rutine.

Begynd gradvist at bruge dine høreapparater i længere perioder og i mere støjende omgivelser. Prøv at lytte til radio eller TV, eller prøv at tale i telefon. Og begynd at bruge dem mere, når du er sammen med familie og venner.



Hvis du vil vide mere om, hvordan høreapparater kan hjælpe dig, kan du kontakte din lokale høreklinik eller besøge [widex.dk](http://widex.dk)