ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ

«Адаптация к слуховому аппарату»

Памятка для родителей детей с нарушенным слухом

Очень редко плохо слышащий человек, впервые получивший слуховой аппарат, **может сразу же пользоваться всеми преимуществами усиленного слуха.**

Во-первых, необходимо знать, **что слышим мы не только ушами, но и головой**. Для головного мозга человека, который долгое время был лишен возможности полноценно ощущать все звуковое разнообразие окружающего мира, возвращение в мир звуков может быть несколько неожиданным. Некоторые тихие звуки (такие, как тиканье часов, капанье воды) могут показаться излишне громкими из-за своей непривычности. На всех этапах привыкания к слуховому аппарату нужно проявить терпение. Необходимо постепенно «приучить» уши и головной мозг к новому уровню звука.

Примерный срок адаптации к слуховому аппарату 1 месяц

На протяжении этого месяца необходимо следовать поэтапной инструкции и привыкать к аппарату:

Первая неделя ношения СА.

Аппарат следует носить только в комфортной, тихой, домашней обстановке. Начинаете носить аппарат по 2-3 часа в день, постепенно увеличивая время ношения. Главная цель – начать носить слуховой аппарат целый день (с утра до вечера) к концу недели. На этом этапе адаптации стоят задачи: научиться слушать, а также разбирать бытовые звуки окружающей обстановки и речь близких, знакомых людей. На первой неделе ношения Вы слушаете звуки дома (шум труб, скрип пола, тиканье часов, звон посуды, журчание воды и т.д.), а также много общаетесь с теми людьми, которые чаще всего находятся рядом с вами. Общайтесь сначала только с одним человеком, а уже потом старайтесь воспринимать речь нескольких людей. Также здесь Вы привыкаете к своему голосу. Читайте себе вслух книги, газеты и обязательно

обращайте внимание на свой голос, отмечайте, как он звучит, нравится вам его звучание или нет.

Вторая неделя ношения СА.

Вы уже знаете, как звучат бытовые звуки и речь окружающих вас людей, теперь переходим к следующему этапу. На это неделе вы начинаете слушать радио и смотреть телевизор. Начинайте с просмотра программ, которые ведут хорошие дикторы (новости), а затем переходим к фильмам и спортивным программам. Не смотрите телевизор сразу очень долго, начинайте с 20 минут, постепенно увеличивая время. Еще на этой неделе Вы впервые выходите со слуховым аппаратом на улицу. Обязательно выбирайте тихое, спокойное место (двор, парк, сквер). Слушайте звуки природы (ветер, шелест листьев, пение птиц).

Третья неделя ношения СА.

Настало время учиться находиться в шумных местах. Погуляйте по улице, где много людей и ездят машины. Послушайте шум машин. Учитесь распознавать и различать звук мотора большого и маленького автомобиля. Проходя мимо большого скопления людей, попробуйте уловить разговоры, звуки шагов и т.д. На этой неделе можете попробовать прокатиться в метро, на машине или в общественном транспорте. А также посещать места, где много людей (магазины, различные мероприятия, поликлиники и прочее).

Четвертая неделя ношения СА.

Вы практически адаптировались к слуховому аппарату. Ни в чем себя не ограничивайте! Общайтесь с людьми, посещайте мероприятия, гуляйте, наслаждайтесь миром звуков. На этом этапе начинайте общение по телефону. Пробуйте говорить сначала по мобильному, затем городскому телефону, во время беседы прислушивайтесь к речи собеседника, подмечайте различия между голосом человека в живом общении и телефонном разговоре. Для вашего удобства, в конце адаптационного материала приложена таблица по ношению аппарата в период привыкания.

ТАБЛИЦА ПРИВЫКАНИЯ К СЛУХОВОМУ АППАРАТУ.

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ	ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ	ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ	ЧЕТВЕРТАЯ НЕДЕЛЯ
1ый-3ий: -наденьте слуховой аппарат на 2-3 часа ТОЛЬКО В ДОМАШНЕЙ ОБСТАНОВКЕ; -слушайте звуки дома; -разговаривайте с окружающими, прислушивайтесь к их голосу; -читайте себе вслух; -увеличивайте время ношения аппарат каждый день на 1-2 часа. ***4ый-6ой дни:*** -носите аппарат в день по 5-6 часов; -начинайте смотреть телевизор или слушать радио по 15-20 минут; -пробуйте общаться с несколькими людьми одновременно. ***7 ой день:*** -носите аппарат с утра до вечера; -смотрите телевизор и слушайте радио по своему желанию.	-Носите аппарат с утра до вечера; -Выходите на улицу в тихое место (двор, парк, сквер и т.д.), слушайте звуки природы; -Общайтесь одновременно с 2мя людьми; -Не ограничивайте себя в просмотре телевизора и прослушивании радио.	-Выходите гулять в места с повышенным шумом (метро, магазин, проспект и т.д.); -Общайтесь с тремя и более людьми; -Не ограничивайте себя в ношении слухового аппарата.	-Учитесь говорить по телефону, прикладывайте телефон не к уху, а к слуховому аппарату; -Попробуйте поговорить по городскому и мобильному телефону и послушать разницу в звучании.

ВНИМАНИЕ!!!

Если Вы плохо себя чувствуете (давление, головная боль и прочее), то слуховой аппарат рекомендовано снимать! Во всех остальных случаях, после привыкания к слуховому аппарату, его необходимо носить каждый день с утра до вечера!