

Lyd på Komp

En guide for familie og
ansatte som bruker Komp
med hørselshemmede

Lyd på Komp

En guide for familier og ansatte som bruker Komp med hørselshemmede er utviklet av No Isolation og Sykehjemsetaten i Oslo, med faglig bistand fra Rådgivningskontoret for Syn og Hørsel for Oslo kommune.

Etterhvert som vi blir eldre mister vi gradvis mer og mer av hørselen. Faktisk har 91% av personer over 80 år en hørselshemming, og av disse sier 40-50% at de har redusert livskvalitet som følge av hørselstapet. De fleste vil oppleve å miste evnen til å oppfatte de lyse lydene først, og noen vil av den grunn streve med lyse stemmer. Andre igjen har motsatt problem og strever med mørke stemmer. F, S, M, og SCH-lyder forsvinner typisk først, men det er stor individuell variasjon.

Det finnes svært mange grep du kan ta når du skal snakke med hørselshemmede og du er ikke nødvendigvis avhengig av ekstrautstyr for å lette praten.

Denne guiden tar for seg noen gode råd.

Råd for kommunikasjon med hørselshemmede

Spør

For å få mest mulig ut av samtaler med hørselshemmede er det viktig å huske på at mange ønsker å gi inntrykk av at hen hører det som blir sagt (noe de aller fleste kan kjenne seg igjen i). Noen nikker, smiler og gir uttrykk for å ha forstått, men det stemmer likevel ikke. Still gjerne noen spørsmål for å få tilbakemelding på om vedkommende faktisk har oppfattet deg riktig eller ikke.

Snakk tydelig, ikke høyt

Om noen sliter med å forstå hva du sier selv om du snakker tydelig og klart så vil sjeldent det å snakke høyere hjelpe. For mye decibel gir motsatt effekt, det blir vanskeligere å høre og kan i verste fall skade hørselen ytterligere.

Snakk litt langsommere enn normalt og ta pauser

Når du sakker ned litt på tempoet så vil du naturlig uttale ord tydeligere. Dersom det er store kommunikasjonsproblemer kort også ned på setningene og ta pauser.

Vær oppmerksom på bakgrunnsstøy

Bakgrunnsstøy kan være problematisk for hørselshemmede. Det er derfor viktig å tenke over dette når man ringer til den som har Komp. Lukk vinduer, skru av radio/tv, osv. Høreapparater tar ofte inn alle lyder og den hørselshemmede vil slite med å skille mellom de lydene/stemmene man vil høre og ikke høre.

Annonser nytt tema – “Nå skal vi snakke om”

Ved bytte av tema, si hva det nye temaet er. F.eks.: “Jeg må nesten fortelle deg om den fine turen vi hadde i Nordmarka”. Kontekst er viktig når mange ord kan høres like ut.

Råd for digital kommunikasjon via Komp

Stabilt internett

Sett deg et sted du vet det er god internettdekning når du skal ringe Komp. Stabilt internett er viktig både for god lyd og godt bilde. Godt bilde er viktig for hørselshemmede da mange er avhengige av å lese på munnen.

Hold mobilen i landskapsmodus

Vær godt synlig på skjermen og pass på at du holder mobilkameraet støtt og i landskapsmodus.

Ikke dekk til munnen

Vi leser på munnen. Mange gjør dette ubevisst også.

Én person av gangen

Deling av mikrofon kan det være utfordrende. Viktig at én person snakker av gangen og at de andre er stille.

Vær obs på bakgrunnsstøy

Husk at bakgrunnsstøy kan komme både fra mottakersiden og avsendersiden. Finn deg et stille sted å ha samtalen fra.

Bruk hodetelefoner

Både den som prater og den som mottar samtale bør ha på seg hodetelefoner, for jo nærmere man er lydkilden jo bedre er det. Støydempende hodetelefoner kan være til hjelp dersom det er mye bakgrunnsstøy.

Hodetelefoner og høreapparat hører ikke sammen

Særlig eldre høreapparat kan lage støy når man har på hodetelefoner, så det kan være lurt å ta ut høreapparat når man bruker hodetelefoner.

! Står du fast eller har flere spørsmål?

- [Les mer om syn og hørsel hos eldre hos sansetap.no](https://www.sansetap.no)
- [Flere tips til pårørende på sidene til hørselshemmedes landsforbund](#)
- [Snakk med en ekspert: Rådgivningskontoret for syn og hørsel](#)

Hørselshjelpemidler som kan brukes med Komp

Ønsker du å benytte hørselshjelpemidler kan de følgende hjelpemidlene brukes med Komp.

Hodesett / kablet lyd ut

Både den som prater og den som mottar samtale bør ha på seg hodetelefoner, for jo nærmere man er lydkilden jo bedre er det. Hodesett kan kobles til via USB-inngangen bak på Komp. Jabra og Sennheiser hodetelefoner er testet og fungerer. De fleste typer hodetelefoner skal fungere automatisk, “plug & play”, men andre merker enn Jabra og Sennheiser kan ikke No Isolation garantere at fungerer siden de ikke har testet dette. Hodesettet kan også kobles til 1) via 3,5mm jack eller 2) via RCA til USB-lydkort på Komp.

Teleslyngeforsterker

Har du god erfaring med teleslyngeforsterker så kan dette benyttes på Komp. Eksempler på teleslyngeforsterkere finner du hos Hjelpemiddelsentralen. Ved bruk av teleslyngeforsterker er det beste å koble lyden direkte fra Komp med kabel. Da trenger du et eksternt lydkort (eksempler på lydkort hos Elkjøp og Kjell), som er koblet til Komp via USB-inngangen på baksiden av Komp. Dette krever at Komp-bruker har utstyr/høreapparat som støtter teleslynge/spole.

Samtaleforsterker

Har du god erfaring med samtaleforsterker så kan også dette benyttes på Komp. En samtaleforsterker fanger opp lyden i rommet, forsterker den og sender den til hodesettet som er tilkoblet. De fleste samtaleforsterkere har også mulighet for eksternt mikrofon, som kan festes på høyttaleren til Komp for å fange opp lyden bedre. Eksempler fra [Hjelpemiddelsentralen](#).



Har du noen spørsmål eller kommentarer?

Ta gjerne kontakt om vi kan hjelpe deg. Send en e-post til info@noisolation.com eller ring på 908 74 495 så finner vi ut av det.



Vi knytter mennesker sammen gjennom varm teknologi og kunnskap.

