

## Samtale med en audiopedagog

Viktor får stor hjelp av å gå fast til en audiopedagog, og han ønsket at vi skulle snakke med henne. Mange av oss vet ikke hva en audiopedagog er. SAFE sin HMS-avdeling tok derfor kontakt med audiopedagogen som Viktor går til, for å høre litt mer om hvordan de jobber.

Audiopedagogen, Terese Gjendem, sier hun både har, og har hatt, en god del mennesker fra oljenæringen som har oppsøkt henne for å få hjelp. Vi har en næring som fortsetter å produsere mennesker med alvorlige støyskader

En audiopedagog hjelper mennesker som har en hørselsskade som tinnitus, med å takle, og leve med sykdommen.

- Det viktigste for mennesker som er rammet av tinnitus er å bli sett og hørt og få forståelse for den situasjonen de er i. Hos en audiopedagog møter de en fagperson som forstår situasjonen, og som har verktøy for å kunne hjelpe med å leve med en hørselskade, sier Terese

For Viktor sin historie er jo ikke enestående. Mange med tinnitus trenger hjelp for å kunne leve med sykdommen, og mange har det veldig vanskelig.

- Det tørkes en del tårer på kontoret mitt, sier Terese

En audiopedagog jobber tett med andre fagområder som øre-nese-hals spesialister og audiografer. Audiografer har god kompetanse, blant annet på tekniske hjelpemidler som høreapparater.

Tinnitus er mye forskjellig, og det er ulike kategorier. Tinnitus kan være med eller uten nedsatt hørsel, eller med eller uten lavtoleranse for lyd. Det er også ulike grader av tinnitus.

Terese forteller oss om TRT – tinnitus retraining therapi – som er en forståelse eller protokoll for hvordan en skal møte mennesker med skade. Det er to mål i denne tilnærmingen.

Den ene er «habituering til selve lyden», dvs at man «lærer» hjernen hvordan lyden skal oppfattes.

Den andre er «habituering til reaksjonene på lyden», som f.eks angstreaksjoner, der målet er å dempe angstreaksjonen.

- Det siste handler om å forsøke å ta vekk frykten knyttet til tinnitus, slik at en kan høre lyden uten å bli så aktivert av den, forklarer Terese.

Vi snakker med Terese som den vonde sirkelen som Viktor beskrev, der lyden fører til angst og angsten fører til mer lyd.

- Ja det er en god beskrivelse, og det viktige er å forsøke å bryte sirkelen. For de med høyere lidelsestrykk knyttet til sin tinnitus kan konsekvensene være utmattelsessymptomer og reduserte kognitive evner, som for eksempel dårlig konsentrasjon. Det henger sammen med at hjernen og flykt- og kjempesystemet bruker mye energi og kapasitet på å behandle tinnitussignalet som en fare man må være på vakt mot, fortsetter Terese.

### **Problemet**

Problemet i Norge er at det er for lav kapasitet på audiopedagoger. Terese har en venteliste så lang som et vondt år og har hovedsakelig kapasitet til å ta inn personer som er sykmeldt pga skaden.

- Det er få audiopedagoger med denne kompetansen i Norge, og rent geografisk er vi ikke å finne mange plasser i landet. Så få som vi er i denne delen av landet skaper dette høyt henvisningstrykk, ihvertfall for meg og min kollega, og vi har lang ventetid hos oss. Det er aldri for sent å få hjelp, men det ville kommet mange til gode å fått god og nøyaktig informasjon tidliges mulig, helst i «akutfasen» når symptomene er nyoppstått, sier Terese.

Det er ikke tvil om at vi trenger et bedre tilbud for personer som er rammet av en hørselsskade som Tinnitus! Her kan kanskje SAFE bidra til å løfte denne problemstillingen. Selskapene burde også ta et ansvar.

Her er en oversikt over audiopedagoger i Norge. <https://audiopedagog.no/kart-over-audiopedagoger.html>