

HLF-HỘI NGƯỜI KHIẾM THÍNH GIÁC

Khóa học cho người khiếm thính giác

Người mới sử dụng máy trợ thính.

Kính chào quý vị là người mới sử dụng máy trợ thính.

Cho đến nay chúng ta đã có khoảng 200 000 người sử dụng máy và đáng lẽ ra số người được tiếp nhận phương tiện hỗ trợ này càng nhiều hơn nữa.

Điều quan trọng hơn hết là chính bạn có động lực cần sử dụng máy trợ thính. Bạn phải thực lòng muốn sử dụng phương tiện này, chứ không vì người thân của bạn xui khiến bạn, mà là chính cá nhân bạn muốn được nghe tốt hơn trong đời sống hằng ngày của bạn.

Bước đầu với máy trợ thính.

Sau khi bạn đã trải qua giai đoạn kiểm tra thính giác, thì trước tiên bạn được cấp dụng cụ trợ thính phù hợp với tình trạng thính giác của bạn. Bạn phải biết là tất cả trường hợp bị khiếm thính đều hoàn toàn cá biệt, không ai bị giống ai cả, có nghĩa là máy trợ thính của bạn không thể phù hợp cho người khác sử dụng. Hãy tư vấn với chuyên viên kỹ thuật do thính giác để bạn nhận được máy trợ thính phù hợp nhất cho bạn. Và bạn cũng nên thử sử dụng vài loại máy khác nhau.

Hãy làm quen với máy trợ thính.

Nguyên do là ở Na Uy có quá ít chuyên viên kỹ thuật đo thính giác, cho nên thời gian chờ đợi khá lâu để được giúp đỡ và cung cấp dụng cụ trợ thính mới. Họ phải làm việc trong thời gian rất giới hạn, vì thế cho nên khó tránh được sự thiếu sót về sự hướng dẫn cho người lần đầu tiên sử dụng máy một cách rõ ràng hơn. Như là cách sử dụng, bảo trì, thay pin mới và cách hiệu chỉnh máy sao cho thích hợp nhất. Do đó chúng tôi, thành viên của hội người khiếm thính giác sẽ giúp hướng dẫn quý vị cách sử dụng máy trợ thính tốt hơn.

Khởi sự tiến trình làm quen dần.

Một khi mà não của bạn đã quen với tình trạng nghe không rõ, thì hiển nhiên phải mất một thời gian để làm quen lại với môi trường nghe mới. Vậy cho nên trong giai đoạn đầu tiên đeo máy trợ thính, chỉ nên sử dụng vài giờ trong ngày thôi ở môi trường yên tĩnh trong nhà, và sau đó tăng thời gian mỗi ngày một chút.

Vài lời khuyên về cách nào để bạn thực hiện tiến trình làm quen này:

- Hãy làm quen với âm thanh, tiếng động trong đời sống hằng ngày.

- Hãy nhận diện âm thanh mà bạn chưa từng nghe trước đây và phán đoán xem nó đến từ đâu.
- Hãy làm quen với những âm thanh như là: nước chảy, tiếng sột soạt trên giấy, tiếng điện thoại reo v.v.v... Những âm thanh đó có thể là hơi khác hơn bạn thường nghe, nhưng dần dần rồi bạn cũng sẽ quen với nó.

Trò chuyên với người khác:

- Khi nói chúng ta tạo ra nhiều âm thanh khá phức tạp mà vì vậy nó đòi hỏi ta phải tập trung để lắng nghe những gì được nói trong cuộc đàm thoại. Ở nhà bạn hãy bắt đầu tập nghe những giọng nói mà bạn nhận ra.
- Cố gắng lắng nghe cuộc nói chuyện trong môi trường ồn hơn.
- Tập nghe radio và xem tivi, hãy thử nghe ở mức độ âm thanh mà người khác cùng nghe. Và cố gắng điều chỉnh âm thanh ở mức độ nghe thoải mái nhất. Phần lớn tivi ngày nay đều có sẵn chức năng lọc âm thanh khác nhau, và có cả chức năng cho bạn là người khiếm thính sử dụng.
- Hãy tiếp tục làm quen thêm nhiều môi trường âm thanh khác. Chẳng bao lâu bạn sẽ cảm nhận được tất cả âm thanh, tiếng động hằng ngày. Và cứ tiếp tục sử dụng máy trợ thính trong nhiều môi trường có tiếng ồn hơn nữa, như là: Công sở, văn phòng và nơi gặp gỡ xã giao. Khi ở đó bạn nên lắng nghe và phân loại những tiếng nói cùng với âm thanh xung quanh đó, và chỉ tập trung làm như vậy thôi. Trường hợp trong giảng đường, bạn nên ngồi càng gần người thuyết trình càng tốt. Tại quán cà phê và nhà hàng, tốt nhất là bạn nên ngồi đối diện với người giao tiếp.

Sử dụng tiếp tục:

- Tiến trình làm quen trong hệ thống não của ta phụ thuộc vào sử dụng không ngừng. Nhờ máy trợ thính mà bạn đạt được hiệu quả tối đa trong tiến trình làm quen với môi trường âm thanh và tiếng động mới. Vậy bạn cứ việc tiếp tục đeo máy từ sáng đến tối.
- Hãy báo cáo kết quả lại cho chuyên viên kỹ thuật đo thính giác, kể lại tất cả những trải nghiệm của bạn trong quá trình sử dụng thử. Làm như vậy là để tạo điều kiện cho người đo thính giác chọn cho bạn máy trợ thính thích hợp nhất. Cũng nên ghi chép lại những gì thay đổi, khác biệt mỗi khi bạn cảm nhận. Và sau đó khi đến kiểm tra định kỳ, tường thuật lại với chuyên viên đo thính giác để họ sẽ hiệu chỉnh máy trợ thính của bạn chính xác hơn.

Bảo quản máy trợ thính của bạn:

Dụng cụ trợ thính dễ bị hư hỏng vì độ ẩm, hơi nóng và cứt ráy. Đây là những lời khuyên hữu ích để bảo quản máy.

- Giữ gìn máy luôn luôn sạch sẽ, tránh để nơi ẩm ướt.

- Tạo thói quen lau chùi máy (ørepropp/høreapparat) thường xuyên, mỗi ngày. Đối với phần đầu nhét vào tai (ørepropp), có đánh dấu màu đỏ cho bên tai phải và màu xanh dương cho bên tai trái. Mỗi bên máy trợ thính thường có mức độ chỉnh khác nhau, vì vậy khi lau chùi bạn nên thực hiện từng cái một.
- Không được sử dụng nước hay chất lỏng để lau chùi máy.
- Khi bạn không sử dụng máy trợ thính, thì nên tắt máy và tháo pin rời khỏi máy để tiết kiệm pin.

Pin hay là batterier: Pin phải được để nơi khô ráo bằng nhiệt độ trong phòng.

Pin có nhiều loại:

- Pin/batteri Nr.10 nhãn màu Vàng (thời lượng khoảng 5-7 ngày)
- Pin/batteri Nr.13 nhãn màu Đỏ (thời lượng khoảng 7-12 ngày)
- Pin/batteri Nr.312 nhãn màu Nâu (thời lượng khoảng 5-9 ngày)
- Pin/batteri Nr.675 nhãn màu Xanh Dương (thời lượng khoảng 14 ngày, loại này rất khan hiếm)
- ***Cảnh báo khi tiếp xúc với loại pin hòa khí kẽm (Zinc-air)***
- Tắt cả các loại pin trên đều sử dụng cho máy trợ thính mà chúng tôi cung cấp là loại Zinc-air. Nghĩa là trong pin có chất kẽm (Zinc), khi được tiếp nhận không khí thì nó tạo ra điện.
- ***Vì vậy ” không được tháo tem dán trên pin trước khi sử dụng”***
- Pin loại này có thể bảo quản trong thời gian dài và khả năng trữ điện cũng tốt như vậy, miễn là đường tiếp không khí vẫn còn đóng. Đó là nhờ lá tem nhỏ dán trên pin để đóng lại đường tiếp không khí. Bởi vì sau khi lá tem được gỡ ra, thì ngay lập tức chất kẽm trong pin được tiếp không khí vào và tạo thành điện. Và tiến trình tạo điện lúc bấy giờ không thể bị ngăn cản lại được nữa !
- ***Chỉ cần 1-2 phút là tiến trình tạo ra điện sẽ hoàn tất sau khi lá tem trên pin được gỡ ra.*** Vì thỉnh thoảng máy trợ thính ” báo động” hết pin, mặc dù pin vừa mới thay. Trường hợp đó thường xảy ra, là do vì pin vừa được bóc tem ra và thời gian tạo điện chưa đủ (1-2 phút) là pin đã được thay vào máy. Để tránh trường hợp trên ta phải chờ 2 phút trước khi cho vào máy.
- Trường hợp máy không hoạt động sau khi thay pin mới. Trước tiên nên mở học pin ra và kiểm tra xem pin có nằm đúng vị trí chưa, và hãy đóng lại cẩn thận. Nhớ là luôn luôn kiểm tra cửa học pin đã thực sự đóng hoàn toàn. (Rất ít khi gặp trường hợp pin bị hỏng).
- Nếu có gì thắc mắc, bạn hãy liên lạc với người cùng cảnh ngộ (likeperson) hoặc gọi là người đồng cảm ở gần nơi bạn sống.
- **Chú ý: Pin hóa kẽm (Zinc-air) có chứa dung dịch thủy ngân (quicksilver) và được phân loại là rác đặc biệt.**

Dụng cụ bảo trì:

- Sợi dây đen: Để thông qua đường ống dẫn vào lỗ tai từ máy trợ thính, tránh để cút ráy nhét đầy làm ngẽn ống.
- Cây cọ nhỏ: Để làm sạch phần đầu nhét vào lỗ tai (ørepropper). Loại cọ chải này có thể mua ở nhà thuốc tây.
- Bàn chải nhỏ: Để làm sạch ráy bên trong phần đầu nhét vào lỗ tai.
- Thanh gỗ có nam châm: Để sử dụng khi thay pin.
- Bong bóng thổi: Để thổi sạch bụi trong đường ống dẫn vào tai sau khi ống đã được thông.
- Bộ phận lọc: Cho máy sử dụng bên trong tai, và máy đeo phía sau tai.

Thông thường người sử dụng máy trợ thính nhận được dụng cụ bảo trì cùng lúc với máy.

Kiểm tra máy trợ thính bằng phương pháp đơn giản.

Cho pin vào máy và đóng học pin lại, rồi nắm giữ máy trong lòng bàn tay, nếu máy phát ra tiếng pip, tức là máy hoạt động tốt.

Trong trường hợp máy không pip:

- Kiểm tra học pin xem cửa đóng vào đúng vị trí chưa.
- Kiểm tra xem pin có vào đúng vị trí không. Thông thường miếng tem trên pin sẽ nhô ra nếu tem chưa được bóc ra.
- Xem xét phải chăng pin đã sử dụng khá lâu rồi. Thông thường thì máy sẽ pip ngắn vài lần trong một lúc trước khi tắt hẳn.
- Kiểm tra xem cút ráy làm tắt ngẽn đường ống dẫn và đầu nhét vào tai từ máy.
- Kiểm tra xem phần lọc có bị tắt ngẽn không. (phải thay mới)
- Kiểm tra đường ống dẫn vào tai có bị bể hay hư hỏng không (phải thay mới)

CHU Ý: Hãy nhớ kỹ là máy trợ thính không được đựng nước khi sử dụng !!!

- Ngoài trời mưa
- Khi tắm và gội đầu.

Và một điều quan trọng nữa là:

Máy trợ thính của bạn giá khoảng 6 000 kr/một chiếc, **vậy nên mua bảo hiểm !**

Một lời khuyên nhỏ: Hãy tìm hiểu điều kiện và khoảng tự trả với công ty bảo hiểm. Kiểm tra trên mạng ở HLF.no (Hørselshemmede LandsForbund- Hội người khiếm thính) xem có để thông tin dữ liệu tương tự như công ty bảo hiểm không, điều đó có thể làm bạn ngạc nhiên?

Vậy là từ bây giờ mọi chuyện đều tốt đẹp, bạn sẽ nghe được hầu hết những gì được nói và được nghe tiếng cào cào châu chấu nhảy, và chỉ còn lại là niềm vui mừng hớn hở mà thôi.

Nhưng đến một ngày:

- Tôi cần pin mới- Bộ lọc bị ngẽn- Ống dẫn bị hỏng- Đầu nhét vào tai hư !
Hãy giúp tôi !

HLF-Hội người khiếm thính tại Na Uy có nhiều thành viên tương tự (likepersoner): Người bị khiếm thính, người bị ù tai (có tiếng pip, tiếng xì), người đang hành nghề, phụ huynh, trẻ em và thanh niên nam nữ, tất cả đều cùng cảnh ngộ.

Những người này đã trải qua khóa học và giúp đỡ nhau trong những việc đơn giản như: Bán pin mới, bộ lọc, dây ống dẫn âm và đầu nhét vào tai.

Hãy liên lạc với họ để được giúp đỡ !

- Một lời khuyên nhỏ là hãy kiểm tra, so sánh giá bán nơi người đồng cảnh ngộ (likeperson og Hlf) và hội khiếm thính trước khi mua, có thể tiết kiệm ít nhiều!
- Nếu cần tư vấn hay là cần người nói chuyện về thính giác của bạn có vấn đề, chúng tôi sẵn lòng tiếp nhận việc đó.

Chúc bạn sử dụng thành công “hệ thính giác mới” !

Hysj! Tôi nghe được tiếng cào cào chấu chấu nhảy!