

Prosjektrapport Hører du?

Prosjektleder: Christopher Lyngaas
Prosjektnummer: 2016/RB79814



EXTRA
STIFTELSEN



Forord.....	3
Kapittel 1 Bakgrunn og målsetting	4
Prosjektets målsettinger.....	6
Kapittel 2 Prosjektgjennomføring/metode	7
Kapittel 3 Resultater og resultatvurdering.....	8
Kapittel 4. Oppsummering/Konklusjon/Videre planer	9
Vedlegg 1.	10

Forord

Prosjektleder vil gjerne takke alle involverte for et godt gjennomført prosjekt og et godt samarbeid. Takk til Ingvild Falkenhaus or HRF (Hörselsskadades Riksförbund), Peter Nordqvist ved Forskningsinstituttet Hörsebron, Jon Øygarden ved Norges Teknisk-Naturvitenskapelige Universitet (NTNU) og studentene fra NTNU som hjalp til med å samle inn data. Takk til byrået Sticky Beat for godt samarbeid ved utviklingen og til mine kolleger og overordnede i HLF (Hörselshemmedes Landsförbund) for god støtte og hjelp underveis!

Kapittel 1 Bakgrunn og målsetting

Hørselstap og tinnitus forårsaket av støy er uhelbredelig. Halvparten av de helseskader som rapporteres til Arbeidstilsynet i Norge er hørselsskader (Rodvang, 2007). Også på fritiden blir vi i stadig større grad utsatt for støy, noe som gjerne omtales som støysamfunnet. En komité med forskere fra EU (SCENIHR, 2008) som har identifisert aktuelle helserisiko, tydeliggjør hvordan ungdom som hører på høy musikk i mer enn 1 time per dag i en femårsperiode risikerer å skade hørselen sin permanent. En undersøkelse fra Storbritannia avdekket at 80 % ikke er klar over at høy lyd over tid skader hørselen. (Undersøkelse gjort av Action on Hearing Loss, 2012) Det er ikke gjort tilsvarende undersøkelser i Norge, men vi erfarer at det er ingen grunn til å tro at situasjonen i Norge er vesentlig bedre.

På denne bakgrunn konkluderes det med at folk flest har for lite kunnskap om risikoen for hørselsskader og at dette er for lite påaktet i dagens samfunn. Siden støy er en av de viktigste årsakene til hørselstap og tinnitus, vil tiltak og oppmerksomhet rundt problemet være av stor forebyggende og helsefremmende betydning.

HLF regner med at det er 750.000 nordmenn som har en eller annen form for hørselsskade. (Basert på materiale fra Folkehelseinstituttet -1995 og 2004) og tallet er økende. Folkehelseinstituttet har regnet med at innen 2020 vil en million nordmenn ha en eller annen form for hørselsskade. NAV sine tall viser at det er 200.000 i Norge som bruker høreapparat. Dermed er det en halv million nordmenn som har nedsatt hørsel i varierende grad og som ikke bruker høreapparat. Mange av disse hadde hatt utbytte av et høreapparat eller andre former for tilretteleggelse for å fungere sosialt og på jobb.

Mange er ikke klar over sitt hørselstap eller kvier seg for å akseptere at de har et hørselstap. Ofte erfarer vi at det er det partner eller venner som reagerer først og tar affære. Det å erkjenne at man har et hørselstap kan være vanskelig, gitt at det å høre dårlig forbindes med det å være gammel. Å dra til legen for å teste hørselen kan være et stort og skremmende skritt for mange. Derfor er det viktig med et lavterskeltilbud som kan gjennomføres i en privat setting som kan gi en pekepinn på hvordan det står til med hørselen. En internettbasert hørselstest med tilhørende applikasjon slik at testen også kan tas igjennom en Smartphone er en utmerket verktøy i så måte. Det er viktig å påpeke at testen ikke er ment til å erstatte en profesjonell hørselstest. De som får avdekket en hørselsskade vil få informasjon om å kontakte øre-nese-hals lege for profesjonell undersøkelse og diagnostisering.

Vi ønsker ikke flere medlemmer. Det vi ønsker er at de som allerede har en hørselsskade blir klar over den og får tilgang til god informasjon og hjelp som i siste instans fører til forbedret livskvalitet igjennom å tilrettelegge for hørselsskaden.

Vi ønsket igjennom å utvikle hørselstesten også å øke bevisstheten om hørsel og hørselsskader. Vi erfarer generelt at hørselstester er en god oppmerksomhetsvekker. På messer, festivaler og stands ser vi at våre hørselsbokser, en 300 kilos kjøleskaplignende sak som brukes til hørselstesting, er et populært blikkfang og interessevekker. Det er imidlertid dyrt å administrere, bemanne og transportere

hørselsboksene rundt omkring. Boksene skal også betjenes av audiografer og frivillige, noe som også setter begrensninger på bruken.

En nett- og appbasert hørselstest som promoterer riktig er en mye mer effektiv og omfattende informasjons- og testkanal og vil nå ut til mange flere, da en nett- og appbasert hørselstest er være tilgjengelig 24 timer i døgnet, 365 dager i året, uten geografiske, ressursmessige og kostnadmessige begrensninger.

Tidligere var de hørselstestene som var tilgjengelige på nett utviklet av kommersielle firmaer innen høreapparatindustrien. Disse testene ligger som en del av firmaenes nettsider og fremstår som en del av firmaenes markedsføringstiltak.

HLFs svenske søsterorganisasjon, Hörselskadades Riksförbund (HRF) og vår engelske søsterorganisasjon, Action on Hearing Loss, har utviklet egne, nettbaserte hørselstester, og de melder at dette er populære tiltak. Tallene under er per 01.06.2014. Totalt har cirka 170 000 personer testet sin hørsel med hjelp av tre HRFs gjør-det-selv-tester siden høsten 2009. (Webbtest kom i 2009, telefontest kom i 2010, appen kom i 2011).

- Ca 15 000 har lastet ned appen "Hørseltestaren" i 2013.
- Cirka 16 000 har gjennomført hørseltest på nettet i 2013. Hittil i år er tallet 9 000. Appen har gjort at antallet har sunket litt – tidligere år ca 30 000-35 000 per år.
- Drøyt 7 000 har gjennomført hørseltest på telefon siden 2010.

Vi så derfor at det er et klart behov for en egen hørselstest på nett og som applikasjon for smarttelefoner utviklet primært for norske brukere og frontet av en uavhengig, ikke-kommersiell brukerorganisasjon som HLF. Det er også et poeng at testen presenteres igjennom en egen nettside – hørselstesteren.no.. Dette gir hørselstesten større synlighet og lettere tilgjengelighet, noe vi tror vil føre til at flere tar testen.

Norske datavaner dreier seg mer og mer over fra PC og laptop og til mobil og nettbrett – særlig hos yngre generasjoner. For at testene skal ha relevans i årene fremover ble det besluttet å samtidig utvikle testen som en applikasjon for smarttelefoner og nettbrett. Tallene fra HRF viser en klar dreining mot en appbasert løsning.

Testen gjør bruk av norsk taleaudiometri utviklet av førsteamanuensis Jon Øygarden ved audiografstudiet på NTNU som sitter i prosjektgruppen.

Prosjektets målsettinger

Målet med prosjektet var å utvikle en internet- og appbasert hørselstest som samtidig informerte om hørselsskader og ga råd og informasjon om veien videre. Vi håper i ytterste instans til at testen bidrar til at flere søker hjelp for eventuelle hørselsskader samtidig som de som ikke har en hørselsskade motiveres og bevisstgjøres til å ta bedre vare på hørselen sin.

Da utviklingen av testen var et samarbeid mellom fagmiljøer i Norge og Sverige, håpet vi at dette prosjektet også kunne bidra til å knytte sammen hørselsfaglig kompetanse i Norge og Sverige og slik bidra til faglig erfaringsutveksling og nettverksbygging.

Prosjektet hadde følgende delmål:

- Utvikle en norsk internetbasert hørselstest basert på nylig revidert norsk taleaudiometri
- Tilgjengeliggjøre testen på nett og app.
- Synliggjøre testen igjennom en lanseringskampanje.
- Øke bevisstheten omkring viktigheten av å ta vare på hørselen
- Bidra til å avdekke hørselsskader i den norske befolkning og veilede de som trenger dette videre slik at livskvaliteten bedres.

Vi anser alle prosjektets målsettinger for nådd, og håper at de to siste delmålene vil fortsette å nås i fremtiden ved aktiv synliggjøring av testen.

- .

Kapittel 2 Prosjektgjennomføring/metode

Gjennomføring

Hørselestesten ble gjennomført som et samarbeid mellom HL, Forskningsinstituttet Hørselbron (www.horselbron.se) i Sverige og personale og studenter ved audiografstudiet ved Høyskolen i Sør-Trøndelag (HiST). Den nettbaserte testen og appen ble realisert av byrået Sticky beat i Sverige. Forskningsinstituttet Hørselbron har tidligere utviklet en nett- og telefonbasert hørselstest for Hørselskadades Riksförbund (HRF) i Sverige som er tilgjengelig på www.horseltest.se, og vår hørselstest baserte seg på denne. Målemetoden som ble valgt for vår hørselstest var tale-i-støy audiometri, den samme målemetoden som den svenske testen benytter. 10 ord blir lest opp med bakgrunnsstøy, og respondentene skal velge det de oppfatter er ordet som leses opp blant 10 ord som presenteres. Vi tok utgangspunkt i de 10 svenske ordene som ble benyttet. Disse ble oversatt til norsk og ble validert av førsteamanuensis Jon Øygarden ved NTNU/Audiometri sommeren 2016. Jon Øygarden og innleide studenter foretok målinger med de norske ordene i støy på 98 personer med nedsatt og normal hørsel for å sikre testens validitet.

Utviklingen av testen ble forsinket, da svenske HRF var midt i en prosess for å oppgradere og videreutvikle sin løsning. Da vår test brukte deres løsning som grunnlag, ble det besluttet å vente med utviklingen av vår test for å kunne gjøre bruk av den oppgraderte versjonen. Det ble søkt om ett års forlengelse av prosjektet, og testen, som ble gitt navnet «Hørselstesteren», stod klart i mai 2018. Den er tilgjengelig på horselstesteren.no/horselstesteren.no og som gratis app på Google Play og iTunes for både iPhone og Androidbaserte plattformer.

Testen ble lansert som en del av HLF (Hørselshemmedes Landsforbund) sin årlige Hvert Øre Teller-kampanje i mai 2017. Kampanjen inkluderte et tilbud om gratis hørselstesting på stands rundt om i Norge, og i år kunne vi supplere tilbudet med vår nett- og appbaserte test som var tilgjengelig på kampanjens hjemmesider.

Kampanjematerialet bestod av bannere og webvideoer som fokuserte på lydene man ikke ville gå glipp av. Fuglekvitter og latter ble vist grafisk og uten lyd (men med teksting) for å underbygge poenget og ble avsluttet med en oppfordring om å teste hørselen sin på horselstesteren.no. Banneret og videoene ble spredt på Facebook og via utvalgte nettaviser i to kampanjeperioder.

Den første kampanjeperioden på Facebook gikk i siste uka av mai og nådde ut til 236.000 personer. Den andre kampanjeperiode i september- oktober på Facebook og utvalgte nettaviser (vg.no og et utvalg av store regionsaviser - adressa.no m. flere) førte til at 175.000 ble nådd på Facebook og 503.000 ble nådd via nettavisene.

Igjennom måle- og analyseverktøyet Google Analytics kunne vi måle besøkstall og gjennomførte tester. 17.155 personer gjennomførte testen på horselstesteren.no og appene mellom lansering 23.05 og til 31.12 2017. 1010 stykker tok testen via appene og 16145 stykker gjennomførte testen på nettsiden.

Kapittel 3 Resultater og resultatvurdering

Vi er godt fornøyd med resultatene av prosjektet. Prosjektsamarbeidet bidro til å knytte kontakter mellom fagmiljøer i Norge og Sverige og testen og appene ble utviklet i henhold til planen (om ett år forsinket). Vi er også godt fornøyde med at 17.155 stykker gjennomførte testen i 2017 og at annonsene for hørselstesten var synlig for 914.000 mennesker. Digital annonsering var en kostnadseffektiv måte å spre informasjon om testen på.

Vi håper at dette bidro til en økning i bevisstheten om viktigheten av å ta vare på hørselen og at de som fikk beskjed om å sjekke hørselen nærmere har fått den hjelpen de trenger. Om prosjektet har ført til at kun en person har fått hjelp og en bedre hverdag, så er vi fornøyde.

Hørselstesteren.no og appene vil bli brukt aktivt av HLF i vårt fremtidige arbeid som et effektivt verktøy for å skape bevissthet og engasjement omkring hørsel.

Kapittel 4. Oppsummering/Konklusjon/Videre planer

Prosjektet førte til utvikling av en ikke-kommersiell hørselstest og app tilpasset norske forhold og at 17.155 personer testet hørselen sin. Markedsføringskampanjen nådde 914.000 mennesker. Den er et utmerket verktøy for å skape synlighet, oppmerksomhet og engasjement rundt hørsel og vil bli aktivt brukt i HLFs fremtidige kampanjer og digitale synlighetsopplegg. Den lever videre som et godt lavterskeltilbud for alle som ønsker å teste hørselen sin.

Vedlegg 1. Kampanjemateriell og markedsføring

Screenshot av hørselstesteren.no



Kampanjevideoen på vg.no.



Kampanjevideoen på HLFs hjemmeside

The screenshot shows the homepage of HLF (Hørselshemmedes Landsforbund) with a prominent campaign banner. The banner has a teal background and features the text "I 2020 er én million nordmenn hørselsskadet" and a call to action "Test hørselen din på hørselstesteren.no". The website header includes the HLF logo, navigation links, a search bar, and a list of services. The footer contains three columns of links: "OM HØRSEL", "SNARVEIER", and "AKTUELT".

HLF
Hørselshemmedes
Landsforbund

OM HØRSEL VI TILBYR HVA VI JOBBER MED STØTT OSS

SØK ETTER ...

HLF-butikken
Lydgangen
HLF Lokalt
HLFU

I 2020 er én million nordmenn hørselsskadet

Test hørselen din på hørselstesteren.no

HLF
Hørselshemmedes
Landsforbund

OM HØRSEL
[Tinnitus](#)
[Hører du dårlig?](#)
[Ménière](#)

SNARVEIER
[HLF-butikken](#)
[Bli medlem](#)
[Kontakt HLF](#)

AKTUELT
- Innstillingen din kan forandre alt
Prinsesse Märtha Louise vet hvordan det er å føle seg utenfor. Hennes egen historie har handlet mye om å våge å

Screenshot av kampanjen på Facebook.

The screenshot shows a Facebook post from the page "HLF (Hørselshemmedes Landsforbund)". The post features a large yellow image with the word "LATTER" in white capital letters and the text "Lyden du ikke bare vil lese" below it. The post text reads: "I 2020 er én million nordmenn hørselshemmet, og flere vil slite med å høre latteren til noen de er glad i. Sjekk om du er i faresonen med HLFs nye hørselstest på nett - www.horselstesteren.no". The post has 39 reactions and a comment from user "S." that says "Testen indikerte normal hørsel på meg, jeg vet at den ikke er det lengre...". The Facebook interface includes navigation arrows, interaction buttons (Like, Comment, Share), and a comment filter dropdown menu.

Timeline Photos

HLF (Hørselshemmedes Landsforbund)
Page Liked · May 24, 2017 · Edited ·

I 2020 er én million nordmenn hørselshemmet, og flere vil slite med å høre latteren til noen de er glad i. Sjekk om du er i faresonen med HLFs nye hørselstest på nett - www.horselstesteren.no

Like Comment Share

39 Chronological

Top Comments
The most relevant comments appear at the top.

Chronological
All comments, including spam and comments in other languages, with newest comments at the bottom.

Top Comments (Unfiltered)
All comments, including spam and comments in other languages, with most relevant comments at the top.

S. Testen indikerte normal hørsel på meg, jeg vet at den ikke er det lengre...

Write a comment...

Windows taskbar: 14:10 23.01.2018



Test hørselen. HLFs markedsrådgiver Chris Lyngaas har vært prosjektleder for hørselstesteren.no, og oppfordrer alle å teste hørselen sin.

Hørselstest på nett

Nå kan du teste hørselen din på nett og mobil med hørselstesteren.no. Testen er et lavterskeltilbud som skal få flere med nedsatt hørsel til å søke hjelp.

Tekst hlf.no
Foto Tor Slette Johansen

23. mai lanserte HLF den nettbasert hørselstesteren.no. Den finnes også som app i iTunes og Google Play under navnet Hørselstesteren. Hørselstesten gir alle mulighet til å teste hørselen sin enkelt og diskret. Testen er ment for personer over 18 år som ikke bruker høreapparat.

Siden lanseringen har nærmere 4000 personer tatt testen.

– En lavterskel hørselstest på norsk

uten kommersielle bindinger har vært en mangelvare. Vi håper at flest mulig vil ta hørselstesten og at de som trenger det oppsøker hjelp. Testen vil forhåpentligvis bidra til økt bevissthet om hørsel, sier prosjektleder Chris Lyngaas i HLF.

Testen er utviklet av Forskningsinstituttet Hørselsbrønn i Sverige – eid av HLFs søsterorganisasjon HRF – og baserer seg på forskning fra Karolinska Institutet i Sverige. Den er en tale i støy-test der man skal oppfatte ord med støvende bakgrunnsløyer. Metoden er pålitelig og velprøvd.

Testen er «oversatt» til norsk i samarbeid med professor Jon Øigarden ved audiografstudiet ved NTNU. Testen gjør bruk av Øigardens oppdaterte norske taleaudiometri og går ut på å kjenne igjen et sett med ti vanlige norske flerstavelsesord i støy.

– Dette er ikke en fullverdig hørselstest som den audiografene foretar, men gir like fullt en indikasjon på om du bør oppsøke fagpersonell for en grundigere undersøkelse, sier Lyngaas.

Utviklingen av testen er støttet med midler fra ExtraStiftelsen.

HLF BRISKEBYKONFERANSEN 2017
HØRSELHEMMEDE BARN OG UNGES PSYKISKE HELSE

26.-27. oktober Påmelding innen
Scandic Helsefyrt hotell 15. september

HLF BRISKEBY
VI KAN HØRSELI

MER INFORMASJON OG PÅMELDING
hlfbriskeby.no/briskebykonferansen/