

Als gewone geluiden pijn aan je oren doen

Kunt u het roeren van een lepeltje in uw koffiekopje niet verdragen, doet het uitruimen van de vaatwasser zeer aan uw oren, vindt u het geluid van fluitende vogels pijnlijk? Mogelijk heeft u hyperacusis: een overgevoeligheid voor gewone, dagelijkse geluiden. Mensen met hyperacusis ervaren gewone geluiden als hinderlijk, irritant of zelfs (zeer) pijnlijk. Deze overgevoeligheid voor geluid komt in verschillende mate van ernst voor. Het is onbekend hoeveel mensen in Nederland hiervan last hebben.



“Door in contact te komen met mensen die ook hyperacusis hebben, voelde ik voor het eerst erkenning en herkenning!”

Oorzaken

Hyperacusis komt vaak voor als bijverschijnsel of gevolg van andere (gehoor)aandoeningen. Een voor de hand liggende oorzaak is blootstelling aan lawaai. Vaak is er echter geen duidelijke oorzaak aan te wijzen. Veel mensen weten uit eigen ervaring dat geluid pijnlijk of irritant kan zijn (denk aan het krijtje op het schoolbord), maar vinden het lastig om zich voor te stellen wat dit soort geluiden voor u betekenen. Heeft u een ernstige vorm van hyperacusis, dan is dat niet alleen moeilijk uit te leggen aan uw partner, familie, vrienden en collega's. Ook veel medisch specialisten, arbo-artsen en keuringsinstanties zijn nog onbekend met hyperacusis en de gevolgen daarvan voor het dagelijks leven.

Wat kunt u doen?

Medisch gezien is er tot op heden niets aan hyperacusis te doen. Gehoorbescherming of hoortoestellen met compressie die harde gelui-

den afzwakken kunnen sulaas bieden, maar kan de gevoeligheid voor geluid op termijn ook erger maken. Vaak is het dus beter deze oplossingen alleen op specifieke momenten in te zetten. Soms helpt medicatie tegen symptomen zoals stress of depressie.

U staat echter voor de opgave te leren omgaan met hyperacusis. Daarbij kunt u begrip en steun van mensen om u heen goed gebruiken. Informatie vergaren en bespreken met mensen om u heen, is daarom een belangrijke eerste stap. Een andere belangrijke stap is het leren omgaan met stress, vermoeidheid en onzekerheid die overgevoeligheid voor geluid met zich mee kan brengen. Soms moet men een betere balans zien te vinden tussen enerzijds de natuurlijke terugtrekreactie als geluid moeilijk te verdragen is en anderzijds de behoefte aan sociaal contact, ook wanneer dat met pijnlijk geluid gepaard gaat. Het kan helpen om ervaringen te delen met anderen die hyperacusis hebben.

Wat heeft de NVVS-Commissie Tinnitus en Hyperacusis u te bieden?

De NVVS-Commissie Tinnitus en Hyperacusis zet zich in voor mensen die last hebben van oorsuizen (tinnitus) of hyperacusis. De commissie biedt informatie via brochures, boeken, via www.nvvs.nl/hyperacusis en via regionale informatiebijeenkomsten. Als u ervaringen uit wilt wisselen, dan kunt u ook terecht op het hyperacusis-gedeelte van het internetforum www.nvvs.nl/forum/tinnitus.

Tot slot komt de commissie op voor uw belangen en pleit o.a. voor een betere voorlichting en nazorg voor mensen met tinnitus/hyperacusis nadat de diagnose door de kno-arts is gesteld. Nieuwsgierig? Kijk vandaag nog op www.nvvs.nl/hyperacusis of bel met de NVVS om nadere informatie. En vanzelfsprekend bent u welkom als lid of donateur!

NVVS (Nederlandse Vereniging voor Slechthorenden)

***Dé belangenvereniging voor iedereen met hoorproblemen
– ook voor mensen met hyperacusis!***

Postbus 129, 3990 DC Houten
De Molen 89a, 3995 AW Houten
Telefoon (030) 261 76 16

Fax (030) 261 66 89
Teksttelefoon (030) 261 76 77
info@nvvs.nl www.nvvs.nl



www.nvvs.nl/hyperacusis