

SIMPOZIJI, DELAVNICE

KVALITETNO STARANJE: IZZIVI OSEB Z OKVARO SLUHA

Posvet Zveze društev gluhih in naglušnih Slovenije, Ljubljana 15. junija 2020

Ob mednarodnem dnevu nasilja nad starejšimi je ZDGNS (*Zveza društev gluhih in naglušnih Slovenije*) priredila strokovni posvet o staranju oseb z okvaro sluha. Ta okvara je namreč zelo pogosta s staranjem povezana izguba na področju telesnega zdravja, saj ima med osebami starejšimi od 60 let skoraj polovica (46 %) okvarjen sluh.

Starostno strukturo oseb z okvaro sluha je predstavil Anton Petrič, sekretar Športne zveze gluhih Slovenije. Povedal je, da je velika večina članov ZDGNS, starejših od 50 let (64 %). Med njimi je približno tretjina v starostni skupini 50-65 let, tretjina v starostni skupini 65-80 let in tretjina starejših od 80 let. Starostna izguba sluha se imenuje presbycusis. Pri tem gre za postopno propadanje celic, ki zaznavajo zvok, kar se pri nekaterih osebah opazno pojavi že v starosti 50 let, nekateri pa lahko izgubo občutljivosti sluha opazijo šele v starosti 80 let. Tovrstne težave s sluhom je mogoče bistveno zmanjšati z uporabo slušnega aparata, vendar se starejše osebe pogosto težko odločijo zanj.

Izguba sluha ima močne negativne posledice na kakovost življenja, vodi v depresivnost in umik iz družbe, socialna izoliranost pa vodi v nezdrav način življenja, ki prinese očitne upade na področju telesnega zdravja in kognitivnega funkcioniranja.

Osebe z okvaro sluha bi morale za svoje kakovostno staranje poskrbeti za ohranjanje kognitivnega funkcioniranja, telesnega zdravja in socialno vključenost. Ta področja človekovega funkcioniranja so tudi sicer izjemno pomembni dejavniki kakovostnega staranja, vendar pa imajo osebe z okvaro sluha funkcioniranje na teh področjih še toliko bolj oteženo zaradi ovir pri komuniciranju s socialnim okoljem. Anton Petrič je kot največjo težavo, povezano z izgubo sluha, izpostavil prav socialno izoliranost; druženje, čustvena opora, pozitivni medosebni odnosi in vključenost v širše socialno okolje so namreč bistvenega pomena za posameznikovo zadovoljstvo z življenjem. Za to pa je potrebna sposobnost komuniciranja z drugimi osebami, kar pa je brez sluha ali poznavanja znakovnega jezika zelo težko. Mnogi se zato raje umaknejo iz družbe, kar pogosto vodi v nezdrav življenjski slog, premalo gibanja, nezdravo prehrano, prekomerno kajenje in prekomerno pitje alkohola.

Anton Petrič je poudaril, da bi morali za kakovostno staranje osebam z okvaro sluha omogočiti družabništvo, psihosocialno pomoč s prilagojeno komunikacijo, svetovalne storitve ter pripomočke za komunikacijo – znakovni jezik, slušne naprave in indukcijsko zanko. Indukcijska zanka je namenjena uporabnikom slušnih aparatov za boljše razumevanje izgovorjenega v mikrofona v javnih prostorih (npr. gledališču, kulturnih ustanovah, zdravstvenih ustanovah, prireditvah) in v domačem okolju (npr. televizija, multimedijske naprave). V večjih prostorih se namreč zvok odbija od

sten, zato se pojavlja veliko zvočnih motenj, kot so odmevi, šumenje, hreščanje ali piskanje. Medtem ko zdravo uho tovrstne motnje zlahka izloči, slušni aparat tega ne zmore, zaradi česar osebe, ki ga uporabljajo, težko razumejo govor.

Anton Petrič je izpostavil Dom starejših občanov Gornja Radgona kot primer dobre prakse pri upoštevanju posebnih potreb starejših z okvaro sluha. Dom ima v jedilnici, avli in šestih sobah nameščene indukcijske zanke, svetlobne zvonce in posebne budilke, poleg tega pa se del zaposlenih usposablja za sporazumevanje z gluhi in naglušnimi v znakovnem jeziku. Branko Gornjec, sekretar Društva gluhih Pomurja ZDGNS je opozoril, da bi glede na pogostost okvare sluha v starosti morale vse ustanove za starejše osebe slediti zgledu domu starejših v Gornji Radgoni in postati prijazne tudi do starejših gluhih in naglušnih oseb.

Težave na področju duševnega zdravja oseb z okvaro sluha je na posvetu predstavila dr. Andreja Poljanec s Fakultete za psihoterapevtsko znanost univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani. Ena od težav, ki je posredno povezana z duševnim zdravjem, je nizek socialno-ekonomski status, ki se pri gluhih in naglušnih oseb pojavlja še pogosteje kot sicer, saj večina ne doseže visokih stopenj izobrazbe in se zato zaposluje na slabše plačanih delovnih mestih. Tudi dr. Andreja Poljanec je izpostavila socialno izoliranost kot pomemben dejavnik duševnega zdravja starejših oseb z okvaro sluha, omenila pa je tudi problem slabše kakovosti zdravstvene oskrbe. Osebe z okvaro sluha namreč za sporazumevanje z zdravnikom potrebujejo tolmača, kar pa je lahko izjemno neprijetno v situaciji,

ko je potrebno zdravniku razložiti svoje zdravstvene težave, ki so pogosto precej intimne narave. Zato jim je nerodno zdravniku dovolj natančno opisati težavo ali pa jim je celo preveč nerodno, da bi zdravnika sploh obiskali.

Še en pomemben dejavnik, ki vpliva na pojavnost težav z duševnim zdravjem ob okvari sluha je čas izgube sluha. Do izgube sluha namreč lahko pride bodisi ob rojstvu, v otroštvu, v odraslosti ali pa šele v starosti. Čim kasneje pride do izgube sluha, tem bolje je za duševno zdravje osebe, saj ima oseba že oblikovano svojo socialno mrežo, kar precej zmanjša možnosti za njeno socialno izključenost in osamljenost. Dr. Poljanec je v zvezi s tem navedla raziskavo (Lannetti in sod., 2013), ki je potrdila, da so nevrofiziološki odzivi pri občutkih osamljenosti enaki kot pri občutenju bolečine, da torej osamljenost tudi fizično boli.

Zaskrbljujoče je dejstvo, da se le 10-20 % staršev gluhih otrok nauči znakovnega jezika. Dr. Andreja Poljanec meni, da sta tako družba kot stroka premalo ozaveščeni o pomembnosti komunikacije s socialnim okoljem za otrokov duševni razvoj; izpostavi dejstvo, da se pri otroku z ovirami pri komunikaciji s starši sploh ne more vzpostaviti koherentna struktura jaza. Prav tako se šele z govorom in uporabo znakov, ki predstavljajo pojme, lahko razvijejo višje ravni abstraktnega mišljenja.

Dr. Poljanec je omenila še eno, pogosto pozabljeno dejstvo, da je človeški glas tako pomemben komunikacijski kanal, da je za človeka izjemno prijeten in izjemno informativen, saj je v tonu, jakosti in barvi glasu skrit velik delež neverbalnih sporočil. Izpostavila je vodila za komuniciranje z gluhi in naglušnimi osebami – glejmo

jim v obraz, govorimo počasi in jasno, kar želimo povedati ne ponavljajmo z istimi besedami, ampak parafrazirajmo, predvsem pa ne govorimo glasno in ne kričimo. Če nas namreč sogovornik ni razumel, ko smo mu želeli nekaj povedati, tega ne bomo mogli doseči tako, da bomo uporabljali iste stavke ali jih izgovarjali zelo glasno. Poleg tega med glasnim govorjenjem pride do bolj ali manj zastrašujočih sprememb na obrazu – oči se izbuljijo, obrazne mišice

se napnejo in izpademo nemirni, nepotrpežljivi.

Kot možnost reševanja težav ob staranju oseb z okvaro sluha dr. Poljanec predlaga preproste izobraževalne sheme za vso strokovno in zdravstveno osebje, ki dela s starejšimi ter skupinska srečanja s prilagojenim programom za gluhe in naglušne za večjo socialno vključenost.

Ajda Svetelšek