

HearingCoach

Preventative Hearing Healthcare

HearingCoach International B.V.
HearingCoach Belgium

Mr. F.J. Haarmanweg 75
4538 AN Terneuzen
Nederland

T: +31 (0)115 617 230
F: +31 (0)115 621 615

www.hearingcoach.com
info@hearingcoach.com



www.facebook.com/HearingCoach
www.twitter.com/HearingCoach



Goed gebit! goede ogen! En je oren?



Laat jaarlijks je gehoor preventief controleren
op gehoorschade, net zoals je je gebit laat
controleren op gaatjes

HearingCoach

Preventative Hearing Healthcare

Gehoorschade door luide muziek

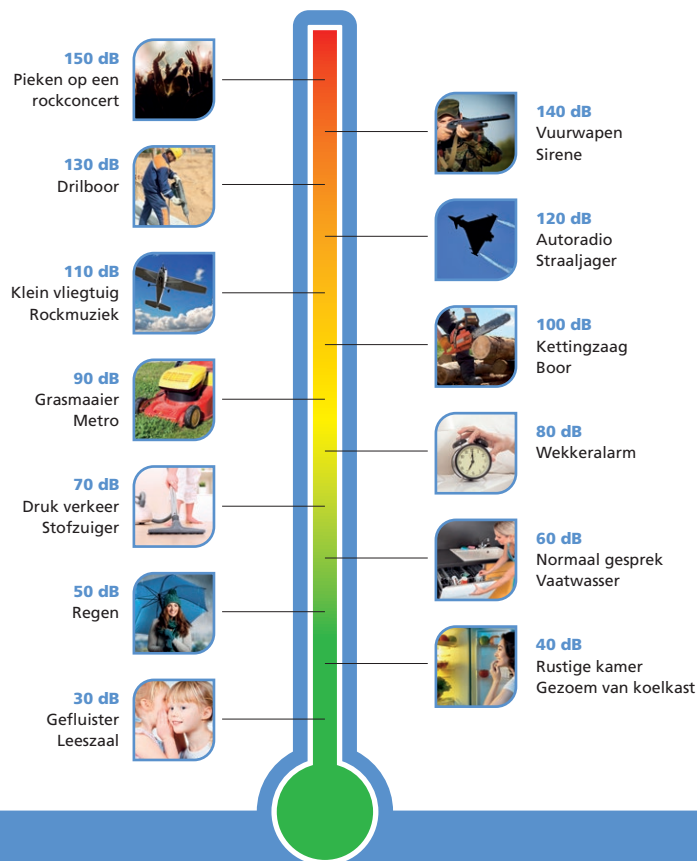
of machinelawaai...

Gehoorschade is een snelgroeiend probleem. Omdat het niet te genezen is moet je proberen om het te voorkomen. Laat daarom regelmatig een preventief gehooronderzoek uitvoeren.

Wat kunnen je oren aan?

Het risico op gehoorschade hangt af van zowel het volume als de duur van de blootstelling. Het waarschuwingssignaal voor een overdosis geluid is een pieptoon in je oor of een gevoel van gedempt geluid dat langer dan 24 uur aanhoudt.

75 dB: max 8 uur
78 dB: max 4 uur
81 dB: max 2 uur
84 dB: max 1 uur
87 dB: max ½ uur
90 dB: max ¼ uur



Muziek, hoe luider hoe beter?

Luide muziek tijdens concerten en festivals of via de iPod is natuurlijk prachtig, maar tegelijkertijd loop je op die momenten wel groot risico op gehoorschade*. Eén op de tien jongeren tussen 16 en 30 jaar heeft nu al gehoorschade opgelopen. Per jaar komen daar zo'n 20.000 jongeren bij. Er wordt nu al gesproken over de iPod-generatie.

** Let op: wanneer je zwanger bent is lawaai ook schadelijk voor je baby. Het vruchtwater en de buikwand dempen slechts 5 decibel. Geluiden die schadelijk zijn voor jezelf zijn dat ook voor je baby!*

'Wat zeg je?'

De eerste tekenen van gehoorschade zijn problemen bij het verstaan van spraak. Je hoort iemand praten, maar verstaat niet wat wordt gezegd. In het begin merk je dit vooral in lawaaiige omgevingen zoals trein, café en discotheek. Naarmate de schade erger wordt, krijg je ook al last in een stille omgeving. Je merkt dat je thuis de tv of radio steeds luider zet.

Voorkom gehoorschade

Gehoorschade kan niet worden genezen. Je kunt het echter wel voorkomen. Te luide muziek, machinelawaai of omgevingsgeluid vernietigt de 'buitenste' haarcellen in je slakkenhuis. Wanneer ze eenmaal zijn afgestorven, is de gehoorschade blijvend en onomkeerbaar. Ook een hoortoestel lost het probleem niet op.

Ernstige impact op je leven

Verlies aan gehoorscherpheid of een continue fluittoon in je oor betekent een aanslag op je levenskwaliteit en sociaal leven. Ook je kansen op de arbeidsmarkt verkleinen aanzienlijk. Een normale gehoorcapaciteit is namelijk een steeds nadrukkelijker functie-eis in het bedrijfsleven.

Gehoorschade in een notedop

Klachten

- ◆ Pieptoon in je oor
- ◆ Verlies gehoorscherpheid
- ◆ Problemen met spraakverstaan

Oorzaken

- ◆ Luide muziek
- ◆ Lawaai op het werk
- ◆ Omgevingsgeluid

Gevolgen

- ◆ Daling levenskwaliteit
- ◆ Moeilijk sociaal contact
- ◆ Slechte positie op arbeidsmarkt

Behandeling

- ◆ Kan niet worden genezen
- ◆ Hoortoestel helpt niet
- ◆ Preventieve gehoorzorg is de enige behandeling

Het preventief gehooronderzoek

vroegtijdige opsporing van gehoorschade

Om gehoorschade in een zo vroeg mogelijk stadium op te kunnen sporen heeft HearingCoach een nieuwe onderzoekstechniek ontwikkeld.

Geen klassieke pieptoontest

Met de klassieke pieptest met koptelefoon die we allemaal wel eens hebben gedaan wordt gehoorschade pas opgemerkt wanneer het te laat is. Een meer geschikte techniek is "Oto Akoestische Emissies (OAEs)". Hiermee registreer je de werking van de buitenste haarcellen en wordt gehoorschade in een zeer vroeg

stadium zichtbaar. Zelfs nog voordat je er zelf hinder van ondervindt of dat er sprake is van slechthorendheid!

Tijdens een preventief gehooronderzoek wordt achtereenvolgens het uitwendig oor, het middenoor en het binnenoor onderzocht.

Uitwendig oor

Otoscopie



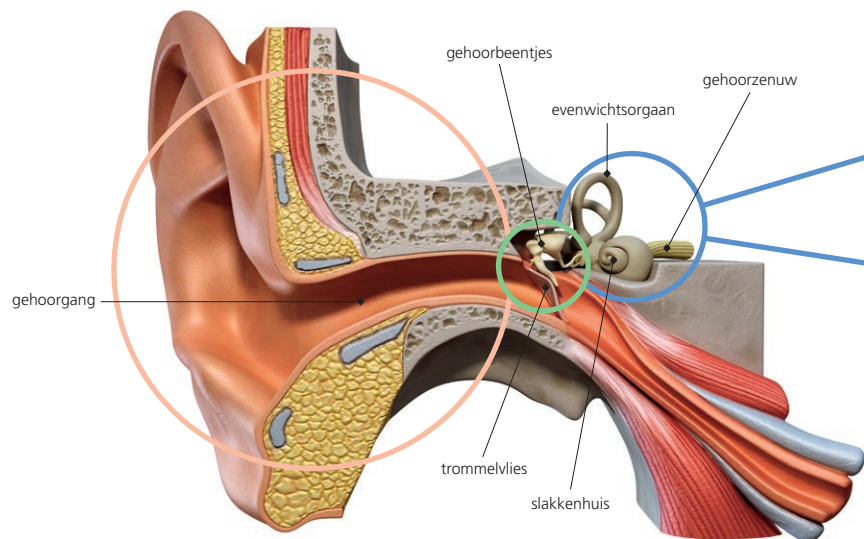
Middenoor

Tympanometrie



Binnenoor

Oto Akoestische Emissies (OAEs)



Het resultaat

niet in decibels maar percentages

Je gehoorschade wordt weergegeven in een percentage, de zogenaamde 'OHC-Damage Index'. Hoe hoger dit percentage, hoe meer uitwendige haarcellen beschadigd zijn en hoe groter de kans dat je moeite moet doen om spraak te verstaan. De eerste klacht is vaak dat je iemand wel hoort praten maar niet verstaat wat gezegd wordt. In het begin merk je dit op in lawaaiige omgevingen. Later ook wanneer het stil is.

OHC damage index	Rechteroor	Linkeroor
Eerste meting (0-meting)		
Datum:	%	%
Vorige meting		
Datum:	%	%
Huidige meting		
Datum:	%	%

Wat betekenen die percentages?

0-40%

Je hebt geen of een beginnende gehoorschade. Je hebt geen klachten om anderen te verstaan, ook niet in moeilijke luisteromstandigheden.

40-85%

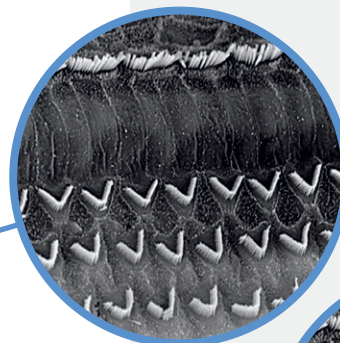
Je merkt dat je soms moeite moet doen om een gesprek te volgen, vooral in lawaaiige situaties zoals bellen in een bus, tijdens een rumoerige vergadering of in een café of discotheek.

> 85%

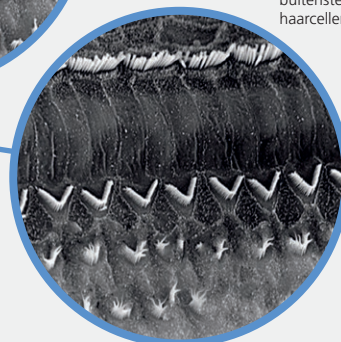
Je vindt het lastig om een gesprek te volgen, zelfs in een rustige omgeving. Je zet de televisie altijd luider.

Vergelijk je resultaat met vorige metingen:

- ◆ Indien het percentage gelijk is gebleven ten opzichte van de vorige meting dan ben je goed bezig!
- ◆ Indien het percentage met meer dan 10% is gedaald, dan is het mogelijk dat je bij de eerdere meting verkouden was of niet 'lawaai-nuchter'. Dit betekent dat je voorafgaand aan het onderzoek was blootgesteld aan lawaai zonder gehoorbescherming.
- ◆ Indien het percentage ten opzichte van de vorige meting meer dan 10% is gestegen dan zijn je oren onvoldoende beschermd geweest in de tussenliggende periode. Bespreek met je HearingCoach welke preventieve maatregelen genomen kunnen worden om verdere beschadiging te voorkomen!



Gezonde
buitenste
haarcellen



Beschadigde
buitenste
haarcellen

Beschadiging van haarcellen is onomkeerbaar

Wat kun je doen

om gehoorschade te voorkomen

Als je percentage beschadigde haarcellen met meer dan 10 % stijgt ten opzichte van een vorige meting of hoger ligt dan men zou verwachten, dan is er een structureel probleem. In dit geval is het verstandig om in een preventief gehoorzorgtraject te stappen. Het houdt in dat je elk jaar automatisch opgeroepen wordt voor het 'Healthy Hearing Program' en professioneel begeleid (gecoachd) wordt om verdere gehoorschade te voorkomen.

* Uitgeroepen tot 'Beste Praktijk' door het Europees Agentschap voor Veiligheid en gezondheid op het Werk (EU-OSHA)

healthy
hearing
program

Het 'Healthy Hearing Program'

Gehoorschade voorkomen is lastig omdat met 4 totaal verschillende factoren rekening gehouden moet worden: geluid, gehoor, gehoorbescherming en gedrag. De kracht van het 'Healthy Hearing Program' is dat deze systematisch in kaart worden gebracht en indien nodig onmiddellijk preventieve of corrigerende maatregelen worden genomen. De modulaire opbouw maakt het programma flexibel zodat een traject uitgestippeld kan worden die bij je past en rekening houdt met wijzigende omstandigheden.

Professionele begeleiding

Het Healthy Hearing Program wordt uitsluitend aangeboden door gekwalificeerde professionals, zogenaamde HearingCoaches. Hun achtergrond als audioloog of audicien zorgt voor kwaliteitsborging enerzijds en een perfecte match tussen preventieve en curatieve zorg anderzijds. Zij zijn de sleutel voor een succesvol preventief gehoorzorgtraject.

geluid

Je persoonlijke geluidsblootstelling in kaart brengen, zowel op je werk als in je vrije tijd. Op basis daarvan kunnen we je risicoprofiel bepalen. Zo kom je te weten hoe groot de kans is dat je op latere leeftijd in aanmerking komt voor een hoorapparaat indien er geen preventieve maatregelen genomen worden.

gehoor

Je gehoor onderzoeken op basis van een preventieve gehoorscan. Als blijkt dat je gevoelig bent voor gehoorschade zal je HearingCoach je met raad en daad bijstaan om erger te voorkomen.

gehoorbescherming

Je gehoorbeschermers selecteren en controleren. Wie een hoog risico heeft op gehoorschade doet er goed aan om op maat gemaakte oordoppen aan te schaffen. Deze hebben een perfecte pasvorm en bieden optimale bescherming op voorwaarde dat ze je gehoorgang lekdicht afsluiten. Daarom controleren we maatgehoorbeschermers standaard op lek Dichtheid en voorkomen we dat je rondloopt met een vals gevoel van veiligheid.

gedrag

Gedrag Je persoonlijk coachen. Tijdens de individuele coaching kom je precies te weten wat je risico is, hoe het met je gehoor gesteld is, welke maatregelen je best neemt en waar je op moet letten. Het rendement van persoonlijke coaching is vele malen groter dan om het even welke andere vorm van training of begeleiding.

HearingCoach online

ook als je ons niet ziet zijn we er!

Je persoonlijke resultaten kun je online raadplegen en printen. Die informatie kan nuttig zijn als aanvulling van je persoonlijk medisch dossier.

Je gehoorzorgtraject online

Als je bent ingelogd vind je een chronologisch overzicht van alle uitgevoerde controles. Zo heb je dus toegang tot alle resultaten uit het verleden.

Hoe log je in?

- ♦ Ga naar www.hearingcoach.com
- ♦ In de menubalk klik je op "Mijn HearingCoach Log in"
- ♦ Volg vanaf daar de instructies

