

هل يمكن أن أصاب بفقدان السمع؟

قد تكون مصاباً بفقدان السمع إن بدا عليك ما يلي

إن كنت تطلب من الناس أن يعيدوا عليك ما يقولوه مراراً وتكراراً

إن كنت ترفع صوت المذياع أو التلفزيون

إن كنت تواجه صعوبة في متابعة المحادثات بأماكن صاخبة

إن كنت تواجه صعوبة في فهم المكالمات عبر الهاتف

إن كنت تشعر بطنين في الأذن (طنين الأذن)

إن كنت تعاني من مشكلة في سماع أصوات مثل جرس الباب أو المنبه أو رنين الهاتف

إن أخبرك الآخرون أنك تتحدث بصوت عال

لست متأكدًا من قوة سمعي
ماذا علي أن أفعل؟

اخفص سمعك!

اختبر سمعك (قس قوته) بالاستعانة بمهني متخصص، فهو اختبار سهل ولا يستغرق وقتاً طويلاً. واحرص على اختبار سمعك بأقرب وقت ممكن.



وإذا كنت غير متأكد من أنه يلزمك إجراء اختبار للسمع، فليمكنك أن تفحص سمعك بواسطة تطبيق **hearWHO** المتاح لتنزيله مجاناً، وذلك باتباع التعليمات البسيطة المبينة فيه لمعرفة درجة سمعك. ويمكن تنزيل التطبيق من الرابط الإلكتروني التالي:

<https://www.who.int/health-topics/hearing-loss/hearwho>

وإذا كنت تعاني من أي واحد من الأعراض الوارد ذكرها أعلاه، أو كانت درجة سمعك المقاسة بواسطة التطبيق المذكور آنفاً دون 50 درجة، فاحرص على استشارة أحد العاملين الصحيين. ولا تتأخر!!

ما العمل إن كنت مصاباً بفقدان السمع؟ وما هي الخيارات المتاحة أمامي؟

بمقدورك أن تستفيد مما يلي



الأدوية و/أو العمليات الجراحية



الاستفادة من معينات السمع وعمليات
غرس قوقعة الأذن



العلاج وإسداء المشورة في مجال إعادة
تأهيل سمع المصابين بفقدان السمع



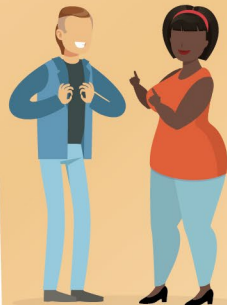
التحدث مع آخرين من فاقد السمع

أشعر أن الناس ستصمني إن أنا استعملت جهازاً سمعياً؟

فقدان السمع ليس مدعاة إلى الشعور بالخجل والتكتم عليه بأي حال من الأحوال.

ويوجد شخص واحد مصاب بفقدان السمع ويلزم تدبير حالته علاجياً من أصل كل 20 شخصاً. فاحرص على أن توضح لأفراد العائلة والأصدقاء والزملاء كيف يلزمك أن تتواصل معهم بطريقة مختلفة. وتعرف على المزيد عن فقدان السمع وقم بإطلاع الآخرين على مدى انتشار هذه المشكلة.

وكن قدوة للآخرين!



رغم أن نتائج اختبار سمعي من حيث الدرجات غير جيدة، أعتقد أنني بخير الآن. فما الضرر إن انتظرت بضعة أشهر

أو سنوات لكي أحصل على جهاز سمعي؟

يصعب تعايشك مع فقدان سمعك غير المعالج الذي يفوت عليك أصواتاً وكلمات مهمة، من مواصلتك لحدريك وتواصلك مع المجتمع، كما يجعلهما متعبين.



فقدان السمع لدى البالغين
من أشيع عوامل خطر
الخرف التي يمكن تداركها

يمكن أن يتسبب فقدان السمع في
زيادة معدلات الاكتئاب والخرف
وفي تفاقمهما.

قد يعني تأخير تشخيص السمع عجزك عن التمتع بالفوائد المجنية من معينات السمع وخدمات إعادة التأهيل التي كنت ستستمتع بها لو أنك تصرفت بسرعة. وغالباً ما يؤثر عمر الفرد في قدرته على التكيف مع أحد السبل الجديدة للاستماع والتواصل مع الآخرين.



يؤثر أيضاً فقدان السمع على من حولك وقد يسفر عن إساءة الفهم والشعور بالإحباط.



احرص على مراجعة الطبيب، سواء كان مختصاً بالسمع أم مختصاً بالأنف والأذن والحنجرة، من أجل إجراء فحص ومناقشة الخيارات التي قد تعود عليك بأقصى الفوائد.



