तपाईँको श्रवण परीक्षण (सुनेर परीक्षण)

<u>यदि विगतमा अडियोलोजी क्लिनिक (श्रवण चिकित्सालय) मा तपाईँको जाँच भएको छैन र तपाईँ श्रवण परीक्षण गराउन चाहनुहुन्छ भने कृपया तपाईँको GP लाई भेट्नुहोस् र सिफारिसको लागि अनुरोध गर्नुहोस्।</u>

तपाईँको परीक्षणको एपोइन्टमन्टमा:

यो एपोइन्टमन्टमा तपाईँलाई एकजना श्रवण विशेषज्ञले हेर्नेछन्। तपाईँको श्रवण सम्बन्धी समस्याबारे हामी छलफल गर्ने छौं। हामी तपाईँको सामान्य स्वास्थ्यबारे तथा अन्य सम्बन्धित समस्याहरू जस्तै टिनिटस वा तपाईँको सन्तुलनबारे समस्याका बारेमा तपाईँलाई केही प्रश्न सोध्न सक्छौं (यदि तपाईँले संलग्न फाराम भरेर तपाईँको एपोइन्टमन्टमा लिएर आउनु भएमा राम्रो हुनेछ)।

तपाईँको श्रवण क्षमता सीमाको एउटा जाँच गरिने छ। उक्त जाँचद्वारा श्रवण विशेषज्ञले तपाईँले सुन्न सक्ने सबभन्दा कम वा मधुरो आवाज पत्ता लगाउने छन्। तपाईँले हेडफोन लगाएर विभिन्न आवृत्ति (250 देखि 8000 Hertz सम्म) को आवाजहरू सुन्नु हुनेछ; यी प्रत्येक दिनको वातावरणमा तथा बोलेको आवाजसँग सम्बन्धित आवृत्तिहरू हुन्।

श्रवण विशेषज्ञले तपाईँलाई जाँचको परिणामहरूबारे बुझाउने छन् र तपाईँका लागि उपलब्ध विकल्पहरूबारे छलफल गर्नेछन्। तपाईँ श्रवण सहायक उपकरण लगाउन चाहनुहुन्छ भने, तपाईँको कानको एउटा छाप लिनु पर्छ। यसमा श्रवण विशेषज्ञले तपाईँको कान भित्र एउटा फोम प्लग (बुच्चो) पसाएर कानको आकार निकाल्न तपाईँको कानमा केही पुट्टी हाल्छन्। यसमा केही समय लाग्नेछ। यो प्रक्रियामा दुख्दैन र यसबाट तपाईँको कानको लागि अनुकूलित उपकरण अर्थात् इयर पिस बनाउन सकिन्छ।

श्रवण सहायक उपकरण भनेको के हो?

श्रवण सहायक उपकरणले आवाजलाई चर्को बनाउँछ र तपाईँले सुन्न सक्नुहुन्छ। श्रवण सहायक उपकरणहरू **<u>विभिन्न आकार, बनावट तथा प्रकारहरू</u>**मा उपलब्ध हुन्छ, यसको स्टायल विभिन्न कारणहरूमा भर पर्छ। तथापि, सबै श्रवण सहायक उपकरणहरूले एकै प्रकारले काम गर्छन्। यसमा

जडित माइक्रोफोनले आवाज टिप्छ, जसलाई श्रवण सहायक उपकरण भित्र विद्‌युतिय ढङ्गमा प्रशोधित गरिन्छ। यसबाट उत्पन्न 'तरङ्ग' त्यसपछि रिसिभरमा (एउटा सानो लाउडस्पिकर जस्तो) पुग्छ जहाँ यो अझ चर्को आवाजमा परिणत हुन्छ र तपाईंले सुन्न सक्नुहुन्छ।

के मैले यसको लागि पैसा तिर्नु पर्छ?

NHS ले श्रवण सहायक उपकरणहरू निःशुल्क उधारोमा उपलब्ध गराउँछ। तपाईंलाई आवश्यक भएसम्म श्रवण सहायक उपकरण तपाईंको हुन्छ, तर यो NHS को सम्पत्ति नै रहन्छ।

सबै ब्याट्रीहरू निःशुल्क उपलब्ध गराइन्छ र श्रवण सहायक उपकरणले काम नगरेमा तपाईंको श्रवण सहायक उपकरणको मरम्मत गरिन्छ वा यसको साटो अर्को उपलब्ध गराइने छ। यदि दुरुपयोग गरेमा वा हराएमा, तपाईंले श्रवण सहायक उपकरणको पैसा तिर्नु पर्न सक्छ।

श्रवण सहायक उपकरणले मलाई कसरी सहायता गर्छ?

श्रवण सहायक उपकरणद्वारा तपाईंले पूर्णतया स्पष्ट सुन्न सक्नु हुँदैन।। तथापि, तपाईंले सुन्न नसक्नु भएको प्रत्येक दिनको आवाजहरू, जस्तै डोरबेल वा घडीको टिकटिक सुन्न यसले तपाईंलाई सहायता गर्नेछ। मानिसहरूले भनेको कुराहरू बुझ्न तपाईंलाई अलिक सजिलो पर्नेछ, र वार्तालापहरूमा सहज हुनेछ। मानिसहरूको अनुहारमा हेर्दा पनि तपाईंलाई वार्तालापहरूमा कुरा बुझ्न सहज हुन्छ। परिणाम स्वरूप, मानिसहरूसँग कुरा गर्दा तपाईंको आत्मविश्वासमा सुधार आउने छ।

यदि तपाईंलाई टिनिटस (तपाईंको कान वा टाउकोमा सिटी जस्तो, घण्टी बजेको आवाज वा अन्य हल्ला सुन्ने) छ भने तपाईंले श्रवण सहायक उपकरण लगाउनु भएमा यसमा कमी आउने सम्भावना छ। तपाईंले सुन्न बढी जोड लगाउनु नपर्दा यसो हुन्छ।

के श्रवण सहायक उपकरणले मेरो कान नसुन्ने समस्यालाई अझ खराब वा श्रवणलाई अझ खराब बनाउँछ?

यदि तपाईं श्रवण सहायक उपकरण प्रयोग गर्नुहुन्छ भने यसबाट तपाईंको श्रवण अझ खराब हुने छैन। कोही मानिसहरूलाई श्रवण सहायक उपकरणको प्रयोग गर्नाले उनीहरूको कानलाई अल्छी बनाउन सक्छ भन्ने पनि चिन्ता लाग्छ। सहायक उपकरण लगाउँदा यसको ठीक विपरीत हुन्छ, किनभने तपाईंको कानले तपाईंले पहिला नसुनेको आवाज पनि सुन्न सक्नु भएको हुन सक्छ।

दुईवटा श्रवण सहायक उपकरण वा एउटा?

तपाईँको श्रवण विशेषज्ञलाई भेटेर तपाईँको श्रवण सहायक उपकरण(हरू) लगाउने बेलामा, तपाईँको कान नसुन्ने समस्या कुन प्रकारको हो त्यसको आधारमा तपाईँले एउटा वा दुईवटा लगाउने भनेर रोज्न सक्नुहुन्छ। दुई वटा लगाउँदा केही फाइदाहरू छन्।

दुई वटा लगाउँदा यी फाइदाहरू छन्:

– राम्ररी बोली छुट्याउन सक्ने, विशेष गरि पृष्ठभूमिमा धेरै हल्ला भएको बेला, जस्तै कुनै हल्लापूर्ण सडक वा पसलमा।
– आवाजहरू पत्ता लगाउन सक्ने क्षमतामा सुधार (आवाज कहाँबाट आएको हो भन्ने सक्ने)।
– समग्रमा आवाजको गुणस्तरमा सुधार, किनभने श्रवण सहायक उपकरण धेरै उच्च भल्युममा हुन आवश्यक हुँदैन।
– दुवै कानमा आवाज सन्तुलित भएको अनुभव। दुवै कानबाट पर्याप्त फाइदा उठाउन सकिने, यदि दुवै कानमा कान नसुन्ने समस्या छ भने।
– बिस्तारो बोलेको कुरालाई राम्ररी सुन्न सक्ने-
– यदि एउटाले काम गर्न बन्द गरेमा, बिग्रेकोलाई बनाउन्जेल अर्कोले काम गर्दै गर्नेछ।

अन्य उपयुक्त विकल्पहरू पनि चयन गर्न सकिन्छ जस्तै श्रवण सम्बन्धी तालीम (तपाईँको मस्तिष्कलाई हल्ला भएको ठाउँमा पनि राम्ररी सुन्न लगाउने तालीम) वा सुझाव तथा सहयोगका लागि श्रवण चिकित्सा।

अन्य सहयोग

हामी सोशल सर्भिसेज सेन्सरी निड्स टीमबाट [Social Services Sensory Needs Team] परीक्षण गराउने सिफारिस पनि गर्न सक्छौँ। उनीहरूले अतिरिक्त उपकरण जस्तै विशेष डोरबेलहरूबारे पनि सुझाव दिन सक्छन्।

यदि तपाईँले चाहेमा तपाईँको एपोइन्टमन्टमा आफूसँग सक्छौँलिएर आउन पनि सक्नुहुन्छ। तपाईँलाई चाहिन्छ भने हामी एकजना दोभाषेको पनि व्यवस्था गर्न तयार छौँ। यदि आवश्यकता परेमा हामी लिखित जानकारीलाई अनुवाद गराउन पनि सक्छौँ।