

سالمندی

پیری کاهش قوای روانی و جسمی است که در اثر گذشت زمان روی می دهد . در کشورهای مختلف با توجه به شرایط فرهنگی متفاوت است. اگر شروع دوره پیری را زمان بازنشستگی کامل از خدمت محسوب کنیم طبق قانون تأمین اجتماعی سن پیری برای مردان ۶۰ سالگی و برای زنان ۵۵ سالگی می باشد و طبق قانون استخدام کشوری سن بازنشستگی برای مردان و زنان ۶۵ سالگی است. سالمندی با مشکلاتی همراه است که یکی از این مشکلات کم شنوایی است . کم شنوایی ناشی از افزایش سن، یکی از معضلات جدی در سلامت عمومی سالمندان است که تقریباً در ۴۰ درصد افراد ۵۵ تا ۷۵ سال بروز نموده و شیوع آن در سنین بالاتر بیشتر است. یکی از مهمترین مداخله های درمانی در سالمندان مبتلا به کم شنوایی، تجویز سمعک است در صورتیکه بیش از ۸۰ درصد افرادی که می توانند بهره مندی مناسبی از سمعک داشته باشند هرگز این وسیله کمک شنوایی را تهیه نمی کنند. در سالمندان کم شنوا، احتمال بروز مشکلات ذهنی و یادآوری وقایع نسبت به سایر سالمندان شنوا بیشتر است. سرعت زوال توانمندیهای شناختی مغز در سالمندان کم شنوا ۳۰ تا ۴۰ درصد سریعتر از افرادی است که شنوایی طبیعی دارند و این نقصان عملکردهای مغز مستقیماً با میزان کم شنوایی مرتبط است.

ده راهکار برای سالمندان:

- (۱) مشکل خود را به دیگران بگویید و از این موضوع خجالت نکشید چرا که یک موضوع کاملاً عادی است.
- (۲) از دیگران درخواست کنید رو به شما، کندتر و با وضوح بیشتر با شما حرف بزنند اما فریاد نکنند.
- (۳) به صحبت های بیان شده و حالات صورت و ژست های افراد توجه کنید تا شنیدن کلمات برایتان راحت تر شود.
- (۴) اجازه دهید تا شخص سخنگو بداند که صحبت هایش را متوجه نشده اید و از او بخواهید که جمله ای که نشنیده اید را دوباره تکرار کند.
- (۵) توصیه های کلیدی برای مواجهه با سالمندان کم شنوا
- (۶) در محلی صحبت کنید که نور کافی و سروصدای زمینه ای کمی داشته باشد.
- (۷) با وضوح صحبت کنید و سرعت مناسبی برای کلام خود در نظر بگیرید. در عین حال، دهان خود را نپوشانید و حین گفت و گو از خوردن خوراکی و جویدن آدامس پرهیز کنید.
- (۸) از تغییرات حالت صورت برای راهنمایی مفید به شخص استفاده کنید.

۹) جمله خود را در صورت نیاز تغییر دهید و تکرار کنید و حین صحبت کردن با یک سالمند کم شنوا صبور و آرام باشید.

۱۰) سالمند مبتلا به پیرگوشی را در کلیه مباحث شرکت دهید تا احساس انزوا و طردشدگی به او دست ندهد.

بزرگسالان دچار کم شنوایی شدید تا عمیق، گزینه مناسبی برای کاشت حلزون است، بخصوص آنهایی که بعد از دوره زبان آموزی کم شنوا شده اند. بیش از ۱۰ درصد بزرگسالان کم شنوا ممکن است کاندیدای کاشت حلزون (CI) باشند. معیارها برای کاشت حلزون حداکثر سنی را قرار نداده است، افراد ۸۰ تا ۹۰ ساله هم ممکن است کاشت موفقیت آمیزی داشته باشند