

Høy musikk og hørselskader

INNLEGG

Otto Øksnes

Styremedlem i HLF Bergen

2. oktober bragte BA en sak under tittelen «Du skal ikke høre mye». En bedre tittel ville vært «Du skal ikke høre mye for du kan bli medlem i HLF» (Hørselshemmedes Landsforbund).

Der Helsedirektoratets veileder anbefaler en øvre grense på 99 desibel (dB) under konserter, mener Norsk Musikkråd ved Anders Kjærman Larsen at verdiene burde være satt til 103 dB.

Det kan jo ikke være tvil om at slike høye nivåer kan skade hørselen når en konsert varer i mer enn en time. Vi trenger ikke å få flere

medlemmer i HLF på denne måten!

Vi har mange kjente musikere både i Norge og i utlandet som har fått skader på hørselen på grunn av høy musikk enten det er nedsatt med eller uten øresus!

Kan ikke skjønne at dette er for publikum sitt beste, det er ikke alle som tar på seg ørepropper eller annet hørselsvern når de går ut, og HLFU (Hørselshemmedes Landsforbunds Ungdom) Bergen sin «ørepropp»-kampanje ved konsertene i Bergen kan ikke utlevere ørepropper til alle. Det er verd å merke seg at flere musikere spanderer på seg tilpassede ørepropper som demper lyden.

Når en etter konserten har fått påvist hørselskader eller øresus, så

er det i de fleste tilfeller en uopprettelig skade som har skjedd. Det eneste som hjelper er å gå med høreapparat. Øresusen kan lindres/sjaltet ut ved hjelp av TRT.

Tinnitus Retraining Therapy (TRT) er en metode for behandling av tinnitus, satt i system av den amerikanske legen Pawel Jastreboff og hans engelske kollega Jonathan Hazell. TRT bygger på en nevrofysiologisk modell for hvordan tinnitus oppstår og takles, og går kort sagt ut på å trene seg til å sjalte ut tinnitus fra oppmerksomheten.

Konsertopplevelsen etter hørselsskade er ikke som før! Håper konsertarrangører og andre tar til

vettet før det blir en større andel av befolkningen med hørselsproblemer enn det vi har i dag. 15,4 prosent av den norske befolkningen har hørselsproblemer, det vil si 700 000 mennesker!

Prognosen er at i 2020 vil det være cirka en million hørselshemmede i Norge. Mye er naturligvis forårsaket av høyere levealder, men kan mye skyldes utvettig bruk av MP3-spillere og lignende der høy lyd ledes rett i øregangen - og på konserter?

At flere og flere unge rammes av hørselsproblemer er vel bevis godt nok. La oss ta vare på hørselen, du får ikke ny!

Det er verd å merke seg at flere musikere spanderer på seg tilpassede ørepropper som demper lyden.