

# LE GUIDE PER L'UDITO

## 2. Udito e perdita uditiva



**CENTRO SORDITÀ**

**elettro  
SONOR**<sup>®</sup>

*I professionisti dell'udito*  
[www.elettrosonor.it](http://www.elettrosonor.it)

## A che punto è oggi il suo udito?

---

Se si soffermasse un momento per considerare quanto bene riesce ad ascoltare e comunicare in varie situazioni, come valuterebbe le sue abilità? Se talvolta le è faticoso essere attento e spesso si sente stanco e spossato, è importante capirne la causa. I suoi familiari o amici la rimproverano di non ascoltarli? Fisicamente lei può essere in gran forma - ma il suo udito in che condizioni è?

Questo opuscolo le consente di esplorare come funziona il suo udito e come individuare i segni che possono rivelare una perdita uditiva. Questa informazione l'aiuterà a prendere le decisioni giuste quando arriverà il momento di occuparsi del suo udito.

Una perdita uditiva oggi, se affrontata bene, non le impedisce di godersi la vita, a patto che lei faccia al più presto qualcosa!



# Indice

---

Perché deve tutelare il suo udito.....	4
Non sia l'ultimo ad accorgersene .....	5
Cosa causa una perdita uditiva .....	6
i tipi di perdite uditive .....	7
Come può cambiare il suo udito.....	8
Come sentiamo i suoni .....	9
L'impatto emozionale di una perdita uditiva .....	10
Come può una perdita uditiva influire sulle persone .....	11
Riconoscerne i segni .....	12
Rivolgersi agli esperti .....	14
Cosa può rivelarle un test dell'udito .....	15
Come funziona l'orecchio .....	16
I suoi prossimi passi .....	18

## Perché deve tutelare il suo udito

Di tutti i cinque sensi, il nostro udito è forse il più prezioso. Perdendolo, perdiamo il contatto con le persone che amiamo e, in generale, con il mondo.

Pensi a tutti i suoni che incontra, ogni giorno: le chiacchiere degli amici, le risate dei bambini, la sua canzone preferita, una frase d'amore. È questa la rinvigorente e costruttiva sinfonia di suoni che rende ricca la vita.

Il nostro senso uditivo non solo ci aiuta a comunicare e socializzare, ma ci tiene anche fuori dai pericoli. Un allarme antincendio, il clacson di un'auto, o un bambino che grida "Aiuto!" sono solo alcuni esempi di segnali vitali che dobbiamo essere in grado di sentire.

Noi ci affidiamo al nostro udito per un'infinità di motivi, ecco perché è importante custodirlo e proteggerlo.



**Anche lei** ha il sospetto che il suo udito non sia così buono come di solito? Per esempio, si accorge di dover guardare ben in viso le persone per capire quello che stanno dicendo?



## Non sia l'ultimo ad accorgersene


---

La perdita uditiva può progredire così lentamente che chi ne viene colpito è spesso l'ultimo ad accorgersene. Infatti, amici, colleghi o familiari sembrano individuare il problema prima di lei. Talvolta affermano: "Tu non mi stai ascoltando." Si infastidiscono perché la TV è troppo alta. E vorrebbero sapere perché non risponde quando qualcuno la chiama o quando suonano alla porta.

Spesso il problema reale non è il fatto in sé - ma il non riconoscerlo e

prendere subito provvedimenti. Per impedire che ciò avvenga, lei deve essere in grado di riconoscere i segni e far controllare il suo udito.

Le persone tengono regolarmente sotto controllo la propria vista e i denti, quindi perché non fare altrettanto con le orecchie? Ci vuole meno di un'ora per verificare se il suo udito è in buona salute - e, prima si scopre una perdita uditiva, meglio è.



**Sapeva che** oltre 500 milioni di persone nel mondo hanno una perdita uditiva più o meno grave? E circa la metà sono in età lavorativa.

## Cosa causa una perdita uditiva

Una perdita uditiva viene spesso associata all'anzianità, ma non è sempre così. Sebbene possa insorgere a qualsiasi età, la perdita si manifesta più di frequente dopo i 65 anni, può anche essere causata da infezioni, lesioni o malformazioni di nascita.

### Perdite associate all'età

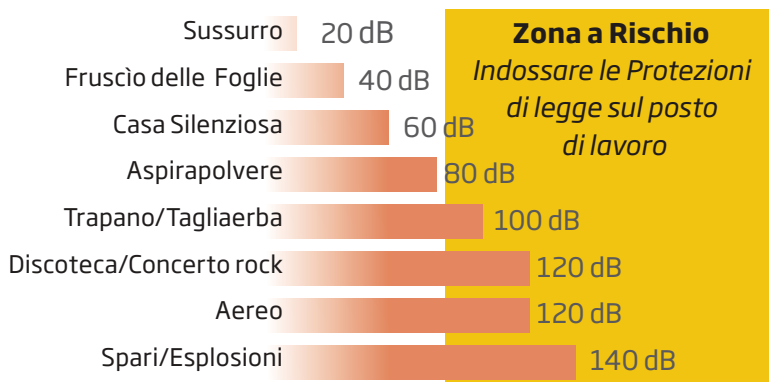
Invecchiando possiamo perdere la nostra capacità di sentire i suoni più deboli, più acuti. Se è piuttosto semplice vivere senza il canto

degli uccellini, quando si tratta di capire le parole, le difficoltà sono molte di più.

### Perdite indotte dal rumore

Queste sono spesso causate da una sovraesposizione a rumore eccessivo. È il caso di militari, poliziotti, operai edili e di fabbrica, agricoltori, dentisti e maestre d'asilo - solo per citarne alcuni. Anche un concerto Rock od un lettore MP3 possono danneggiare l'udito di un individuo.

### Fonti Quotidiane di Rumore



*L'esposizione frequente ai rumori forti accellererà l'instaurarsi di una perdita uditiva. Anche rumori forti transitori, come quello di un martello, può provocare un danno permanente al suo udito. Indossi sempre degli otoprotettori se deve esporsi a rumori eccessivi.*

## I tipi di perdite uditive

In generale, ci sono tre tipi di perdite uditive: conduttiva, neurosensoriale e mista (la combinazione di entrambe).

### Perdita uditiva conduttiva

La perdita uditiva conduttiva è causata da problemi a carico dell'orecchio esterno e medio, che impediscono la trasmissione dei suoni all'orecchio interno. Cause più comuni sono l'accumulo di cerume nel condotto uditivo, la perforazione del timpano, liquidi nell'orecchio medio, o danni e difetti degli ossicini (la catena ossiculare dell'orecchio medio).

### Perdita uditiva neurosensoriale

Questo tipo di perdita uditiva insorge quando si danneggiano le delicate cellule sensoriali, o fibre nervose, dell'orecchio interno. Il danno impedisce loro la corretta trasmissione del suono. Cause più comuni di perdita neurosensoriale sono il naturale processo di invecchiamento o l'eccessiva esposizione ai rumori. Nella maggior parte dei casi il danno è permanente.



**Sapeva che** col tempo, parte del delicato meccanismo dell'orecchio può danneggiarsi o semplicemente logorarsi? Alcuni subiscono perdite significative delle cellule sensoriali già a 50 anni, mentre altri arrivano fino a 80 anni con perdite trascurabili.

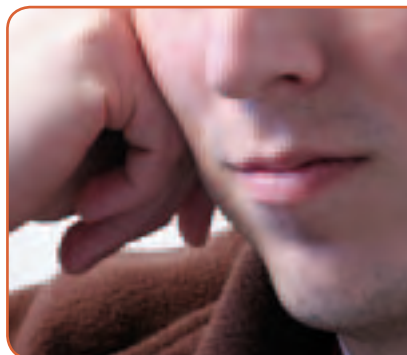
## Come può cambiare il suo udito?

Anche con una perdita uditiva le può sembrare che i suoni quotidiani siano forti come al solito. Alcuni suoni - come quello del tagliaerba - rimangono udibili mentre altri diventano più difficili da sentire. Prenda per esempio le voci di donne e bambini. Dovrà faticare il doppio per seguire ciò che dicono, perché le loro voci sono più deboli ed acute di quelle maschili.

Con gli anni il nostro udito si indebolisce, di base inizia a diminuire già dopo l'adolescenza.

È un processo molto lento, e pertanto difficile da riconoscere.

Saperne di più su a che cosa stare attento la aiuterà a controllare le sue reazioni: Se si accorge di dire "Cosa?" e "Scusa - puoi ripetere?" le farà capire che è tempo di prendere provvedimenti e fare un controllo dell'udito.



*Anche lei ha difficoltà a sentire qualcuno che la chiama alle sue spalle o da un'altra stanza? Cerca di evitare di parlare al telefono?*





## Come sentiamo i suoni

I suoni si possono definire come forti o deboli, acuti o bassi. Un violino, o il canto degli uccelli sono esempi di suoni acuti (o in alta frequenza), mentre un contrabbasso o il rumore di una strada trafficata sono esempi di suoni bassi (o in bassa frequenza).

### Seguire le parole

Ciò che rende le parole così difficili da seguire è che contengono tanti suoni diversi in rapida sequenza. Le consonanti più acute e deboli, come 'f', 's' o 't' possono essere soffocate dalle più forti e basse vocali come 'a', 'o' ed 'u'. Quindi se qualcuno dice "statua" e tutto ciò che lei sente è "s\_a\_ua", dovrà sforzarsi di cercare di indovinare il resto - ma nel frattempo la conversazione è andata avanti.

A riunioni ed eventi sociali non c'è niente di peggio che dover continuamente chiedere alle persone di ripetersi. Lei potrebbe accusare gli altri di borbottare mentre, in realtà, è il suo udito a fallire. La comunicazione diverrà sempre più difficile, finché probabilmente lei si ritirerà completamente dalla vita sociale.



**Sapeva che** suoni come il canto degli uccellini, il rumore di passi ed il fruscio delle foglie al vento sono alcuni tra i primi a scomparire senza accorgercene?

*Perdendo questi suoni quotidiani, lei potrebbe perdere anche suoni chiave del parlato, e sentire così le parole ovattate e confuse.*

## L'impatto emozionale di una perdita uditiva

Tutti noi desideriamo sentire la nostra vita sotto controllo. Tutti vogliamo una famiglia unita, amici leali, ed uno stile di vita attivo con passioni ed interessi. Ma se lei lascia progredire passivamente una perdita uditiva, mette a rischio tutte queste prerogative.

Potrebbe iniziare a provare ogni sorta di emozioni - dall'inquietudine ed imbarazzo alla tristezza e solitudine. Si sentirà anche stanco ed irritabile per doversi concentrare con grande sforzo.

Se trascurata, la perdita uditiva può condurre ad un senso di isolamento e, talvolta anche alla depressione.

Fortunatamente, le cose non devono sempre sfuggire al controllo. Molti studi dimostrano che affrontare una perdita uditiva ha sull'individuo un impatto positivo per il proprio benessere psicofisico. Non c'è alcun dubbio che prendersi cura del suo udito cambierà la sua vita!

**Sapeva che**, se trascurata, la perdita uditiva può condurre a problemi sociali e psicologici? Le relazioni interpersonali ne soffrono, l'autostima può diminuire ed accresce il senso di isolamento.



## Come può una perdita uditiva influire sulle persone

---

La perdita uditiva non colpisce solo lei; ma coinvolge anche le persone con cui lei interagisce. Così, sia nelle conversazioni impegnative come in quelle più leggere, lo scambio di idee diviene improvvisamente più lento e molto più noioso.

Immagini di avere i suoi migliori amici ospiti a cena. Lei cerca di seguire quello che dicono, ma le loro voci non sono distinte. Se raccontano una barzelletta lei cerca di coglierne il senso. Ride quando ridono loro - ma in realtà non capisce. Alla fine lentamente si isola.

Si aspetta partecipazione e comprensione dal/la compagno/a e familiari - che però non capiscono effettivamente il suo problema, e non sempre hanno tempo ed energia da dedicarle. Piuttosto che aspettare che esauriscano la loro pazienza e la spingano a reagire, perché non prende l'iniziativa mettendosi quindi in pace con se stesso?

### **Si riconosce?**

*I suoi familiari, amici o colleghi hanno mai fatto commenti sul suo udito? E capita loro spesso di dover parlare più forte o ripetere le cose?*



## Riconoscerne i segni



Come molte cose nella vita, il nostro udito cambia, ma il passaggio ad un mondo più silenzioso avviene così lentamente da passare frequentemente inosservato. Ecco perché è tanto importante essere in grado di riconoscerne i segni rivelatori.

Le domande nella pagina seguente coprono un ampio ventaglio di situazioni quotidiane di ascolto. Se uno dei problemi elencati sembra riguardarla, lei potrebbe rivolgersi ad un professionista dell'udito per una consulenza.

### **Si riconosce?**

- Squilla il telefono ma non lo sente?
- Non sente il ticchettio del suo orologio?
- La chiamano ma non se ne occupa?



## Faccia un rapido auto controllo

**Queste domande la aiuteranno a fare una rapida auto valutazione del suo udito.**

	Sì!	No!
Le sembra che le persone borbottino?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Deve sforzarsi per capire se qualcuno parla?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ha difficoltà a sentire qualcuno che la chiama alle sue spalle o da un'altra stanza?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Deve guardare più da vicino il movimento delle labbra di chi le parla per seguire meglio la conversazione?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ha difficoltà a prendere parte a riunioni ad una cena, o ad una conferenza?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Deve alzare il volume della TV o della radio?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trova difficile sentire chiaramente al telefono?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A teatro, al cinema o in altri luoghi di intrattenimento ha difficoltà di ascolto?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trova difficile sentire in ambienti rumorosi come a cena con amici o in auto?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tende a limitare le sue attività sociali perché le è difficile sentire e comunicare ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I suoi familiari, amici, o colleghi le fanno notare di doversi ripetere spesso?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

*Se ha risposto 'Sì' ad alcune di queste domande, non si demoralizzi. Non significa che ha una perdita uditiva - potrebbe essere solo colpa di un banale tappo di cerume! Ma solo un professionista dell'udito può darle una risposta certa.*

## Rivolgersi agli esperti

Rivolgersi ad un professionista dell'udito è un grande passo avanti verso il miglior udito - ed è più semplice di quanto si possa pensare. Non richiede molto tempo. È indolore. Vada con qualcuno che la accompagni e che possa aiutarla a ricordare tutto ciò che viene detto.

Prima dell'appuntamento è una buona idea stilare qualche nota sulla sua famiglia, vita sociale ed hobbies.

Riporti anche situazioni specifiche in cui vorrebbe poter sentire più chiaramente.

Molte persone hanno difficoltà a sentire in ambienti rumorosi come sale riunioni, feste, ristoranti, supermercati, ecc. Una volta deciso quali sono le situazioni per lei importanti, le elenchi in ordine di priorità, pronte per essere valutate dal professionista a cui si rivolgerà.



**Sapeva che** è sufficiente meno di un'ora per ottenere un'accurata valutazione del suo udito? E che la procedura è assolutamente indolore?

## Cosa può rivelarle un test dell'udito

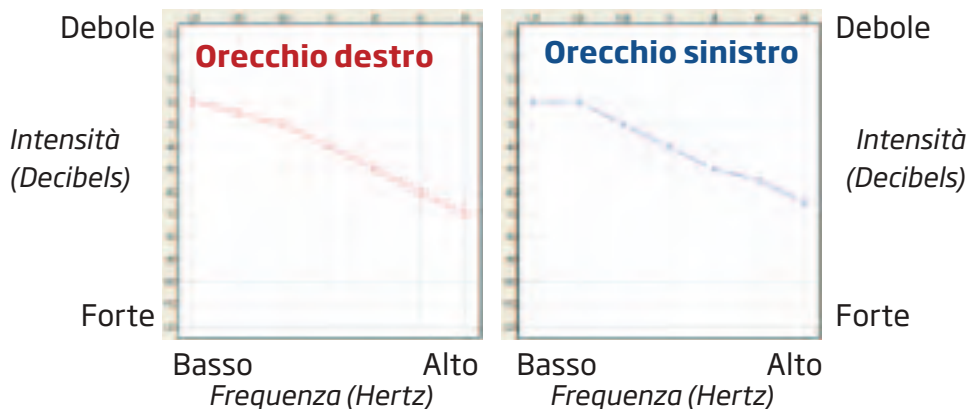
Quando si rivolge ad un centro dell'udito dei professionisti saranno pronti ad affrontare i suoi problemi ed eseguire un controllo completo del suo udito. L'esame avrà luogo in una stanza silenziosa o in una cabina silente, dove lei indosserà una cuffia, sarà comodamente seduto, ed ascolterà.

Il professionista le presenterà una serie di toni puri - da bassi ad acuti - e lei dovrà premere un pulsante non appena li sente. I risultati di

questo test molto semplice saranno registrati in forma di audiogramma (una linea di x e di o). Da questo test si rileverà:

- *Quanto sente da ciascun orecchio.*
- *Quanto bene sente l'intensità e la frequenza dei diversi suoni.*
- *Che impatto ha sulla sua abilità di comunicazione.*

### Audiogramma



L'audiogramma è un semplice grafico che mostra i suoni che lei sente o meno.

## Come funziona l'orecchio

L'orecchio umano è un apparato perfetto con una sensibilità che lo rende il più complesso sistema sonoro esistente. L'orecchio è formato da numerosi meccanismi fisiologici, e un danno od un deterioramento di uno qualsiasi di essi può tradursi in difficoltà uditive.

### **L'anatomia dell'orecchio**

L'orecchio è composto da tre parti diverse.

### **L'orecchio esterno:**


La forma dell'orecchio esterno aiuta a convogliare le onde sonore e dirigerle verso il timpano attraverso il condotto uditivo.

### **L'orecchio medio:**

È composto dal timpano e da tre piccoli ossicini: Il Martello, l'Incudine e la Staffa. Questi ossicini amplificano le onde sonore.

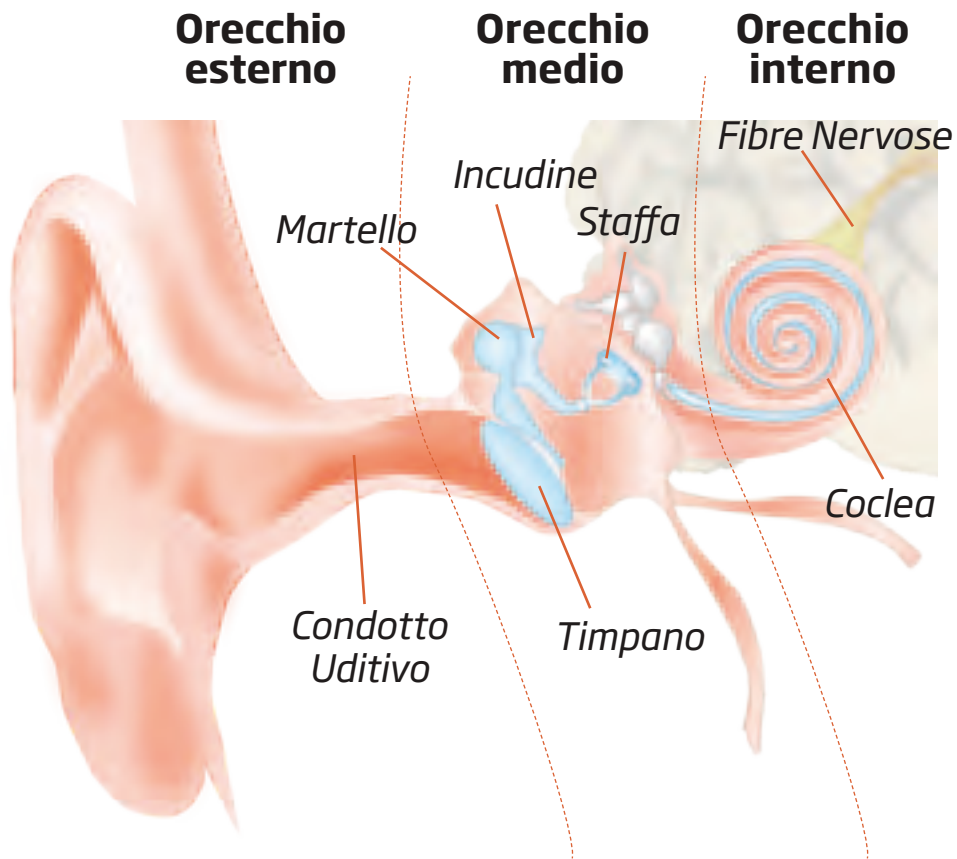
### **L'orecchio interno:**

Le onde sonore vengono trasformate in impulsi elettrici inviati al cervello dalla coclea. In tutta la lunghezza della coclea, sono presenti minuscole cellule sensoriali. Attraverso le fibre nervose la coclea trasmette il messaggio all'area del cervello preposta all'elaborazione ed interpretazione di ciò che sentiamo.



**Sapeva che** le ossa più piccole del corpo umano si trovano all'interno dell'orecchio? Si chiamano: Martello, Incudine e Staffa.





## I suoi prossimi passi



Decidere di far controllare il suo udito è il primo passo per migliorare la qualità della sua vita. Le basta pensare a cosa significherebbe per lei e la sua famiglia se lei potesse:

- *Sentire e capire meglio.*
- *Gioire con - e stare più vicino - alle persone che ama.*
- *Sentirsi rilassato anziché esausto dopo una lunga conversazione.*
- *Sentire e capire le esili voci dei bambini.*

- *Gustarsi la natura, il canto degli uccellini ed il fruscio delle foglie al vento.*
- *Capire da dove arrivano i suoni.*
- *Ascoltare la TV o la radio ad un volume normale.*
- *Rispondere al telefono per primo, anziché per ultimo.*
- *Essere presente e partecipe alle riunioni.*

Se, come noi, ritiene che valga la pena lottare per proteggere il suo udito, contatti un professionista dell'udito nella sua zona per una consulenza. Si voglia bene, e compia subito il primo passo!



# Centro Sordità Elettrosonor

## *I professionisti dell'udito*

---



### *I nostri Centri:*

VICENZA  
Strada Ca' Balbi, 320  
0444 911244

MONTECCHIO MAGGIORE (VI)  
Largo Vittorio Boschetti, 17  
0444 499913

SANTORSO (VI)  
Via Ognibene dei Bonisolo, 29  
0445 540678

BASSANO DEL GRAPPA (VI)  
Via Scalabrini, 47  
0424 529034

RUBANO (PD)  
Via Antonio Rossi, 24  
049 635600