
Глухота похожа на необитаемый остров

Пани Ружа, которая родилась в далеком 1937 году, много лет страдает потерей слуха. Долгое время она носила слуховые аппараты. Со временем они перестали ей помогать. В возрасте 70 лет она решилась на первую кохлеарную имплантацию, а через четыре года на вторую. Она вложила много работы, чтобы мочь наслаждаться миром звуков. Ее пример показывает, что современные технологии, используемые в медицине, эффективны для пациентов всех возрастов.

Отдельные слова ускользали в повседневном общении, она путала буквы в именах пациентов, не обращала внимания, когда медсестра звала ее из дальнего конца больничного коридора. Первые симптомы тугоухости у Пани Ружи Стажиньской появились 40 лет назад. Она была врачом-терапевтом, поэтому эта проблема приводила к серьезным трудностям в ее профессиональной жизни. Перед тем как начать лечить, нужно послушать пациента и собрать анамнез. – *Я задавалась вопросом, что сделать, чтобы избежать тишины во время разговора с пациентом,* - шутит Пани Ружа, вспоминая начало своих проблем со слухом. Она приняла быстрое решение надеть слуховые аппараты. Точнее сказать, один аппарат, потому что тогда в Польше считалось, что достаточно протезировать одно ухо. Она так не думала. Семья, живущая за границей, отправила ей второе устройство. Сначала она носила аналоговые слуховые аппараты, которые с сегодняшней перспективой считаются довольно примитивными, и не давали достаточного эффекта. Но другой альтернативы не было. Потеря слуха у Пани Ружи постепенно углублялась, поэтому нужны были более мощные слуховые аппараты. К сожалению, это не значит, что они были более эффективными.

Как пациенты реагировали на врача в слуховых аппаратах? *-Иногда они их пугали,* - говорит Пани Ружа. *- Тем более, что они могли упасть, и приходилось ловить их по*

всему отделению неотложной помощи, - говорит она со смехом. Но через некоторое мгновение она говорит уже серьезно. - Мне удалось каким-то образом дожить до конца моей профессиональной карьеры, то есть до 65 лет, - вспоминает она. - Но потом стало еще хуже, - говорит она. - У меня было все больше и больше проблем в повседневной жизни. Я не слышала дверной звонок, я с трудом понимала, что говорят по телевизору, я не могла слушать свое любимое радио. Мне стало трудно даже посплетничать с соседкой, - вспоминает она. – Трудности появлялись на каждом шагу. Например, ко мне в дом неожиданно ворвалась охрана. Потому что, когда я вошла в квартиру, я забыла выключить сигнализацию. Приехали охранники, потому что сработала сигнализация, а я ее не услышала. Кроме того, были проблемы решением вопросов в различных инстанциях, я не могла пойти на почту. Даже встречи с членами семьи или друзьями становились причинами недоразумений и трудностью для меня. Из-за того что я не слышала, я не могла даже позвонить через домофон, который сейчас стоит в каждом доме, - говорит она. Пани Ружа не могла принять тот факт, что мир все больше отдаляется от нее, что она все хуже и хуже контактирует с окружающими. Она решила проверить, действительно ли она обречена на глухую «позднюю взрослую жизнь» - как она называла старость. Она обратилась за помощью в Институт Физиологии и Патологии Слуха. И таких людей как она становится все больше и больше.

- Это правда, что группа пожилых пациентов с проблемами слуха постоянно растет, - говорит д-р н. Артур Лоренс, руководитель Отделения имплантов и слухового восприятия Института. Для этого есть несколько причин. Одной из них являются изменения в демографической ситуации. Население разных стран, в том числе Польши, стареет, и поэтому появляется все больше и больше пациентов в возрасте от 65 лет и старше. Также тех, у кого есть проблемы со слухом.

- Возрастное ухудшение слуха является естественным явлением, возникающим в результате процессов старения слуховой системы. К этому следует добавить опасность со стороны окружающей среды, особенно сегодня повсеместен шум, который является фактором риска нарушения слуха. Социальная политика в отношении пожилых людей также меняется. В мире все большее значение придается обеспечению им максимального комфорта жизни. Богатые страны

Европейского Союза выделяют огромные ресурсы на достижение этой цели. И чем лучше общее состояние здоровья пожилых людей, тем выше их потребность в общении и тем более охотно они обращаются за помощью по причине тугоухости, - объясняет доктор Лоренс. - Это явление в меньшей степени, но также наблюдается в Польше, - добавляет он.

Оперировать, не ждать!

Специалисты Института утверждают, что в случае такой тугоухости как у Пани Ружи, наиболее эффективным методом лечения будет кохлеарная имплантация. Был ли возраст пациентки - более 70 лет - противопоказанием? – При направлении на кохлеарную имплантацию возраст пациента не является ограничением, - говорит доктор Лоренс. - При диагностике, помимо аудиологических критериев, мы, конечно, учитываем и другие факторы состояния здоровья пациента, которые могут повлиять на безопасность лечения. Очевидно, что пожилые пациенты чаще, чем молодые люди имеют сопутствующие заболевания, кроме потери слуха. Следует рассмотреть все противопоказания к операции, в том числе общий наркоз. Решение об имплантации должно приниматься совместно пациентом и специалистом, а также следует иметь ввиду не только аудиологические критерии, а также другие, не связанные со слухом: психическое состояние пациента, его потребности и мотивация к лечению, ситуация в семье и профессиональная деятельность.

Пани Ружа приняла решение об операции быстро и без колебаний. - Это было не сложно для меня, - говорит она. - Я врач, я сама неоднократно направляла людей на операции. Я всегда считала, что если нужно оперировать, то не стоит откладывать.

- Мы нечасто встречаем такой подход среди наших пациентов, - говорит Йоанна Путкевич, психолог из Отделения имплантов и слухового восприятия. - Пожилые люди боятся имплантации еще и потому, что они больше чем молодые люди не доверяют новым технологиям. Их волнуют из-за того, что им придется учить новое, не основанное на их жизненном опыте. Зачастую им просто не хватает

желания учиться и прилагать усилия. Наша задача, как специалистов, работающих с пациентами на этапе подготовки к лечению и последующей реабилитации, состоит в том, чтобы удовлетворить специфические потребности этой возрастной группы. Эти люди нуждаются в другом типе поддержки и их обучение должно проходить по-другому, потому что у них другой темп работы, они могут иметь дополнительные нагрузки, связанные с возрастом, например, ослабление когнитивных процессов (восприятие, внимание и память) или ухудшение общего состояния здоровья. - Вот почему этой группе необходим особый подход, - добавляет доктор Лоренс. – В Институте мы внедряем программу опеки, специально адресованную именно им. В последние годы эта группа объективно растет, хотя большинство наших пациентов все еще составляют дети и подростки.

Что пожилые люди ожидают от импланта?

- Часто они ориентированы на так называемый «Нормальный слух» - такой, какой они помнят со времен, когда у них не было проблем со слухом, - отвечает Йоанна Путкевич. – Они ожидают слух без усилий, позволяющий общаться в любых условиях, предоставляя возможность свободного использования средств массовой информации. Они также хотят немедленных результатов. Наша задача - воплотить их ожидания в реальность, ведь не каждый сможет достичь такого уровня слуха даже после длительной реабилитации.

Удалось ли импланту воплотить ожидания Пани Ружи в реальность? - *Он реализовал надежду, что будет лучше, - отвечает она. - Но это было не совсем то, что я хотела. В начале у меня были проблемы с пониманием речи. Фрагменты слов были размыты, я много угадывала.*

Реабилитация, которую прошла Пани Ружа в Институте, была эффективной, но она знала, что без ее собственного вклада она не добьется максимальных эффектов. Она решила интенсивно тренироваться сама. Она нашла отличный способ сделать это. - *После вживления первого импланта я каждый день приглашала соседку на завтрак, и она повторяла со мной все буквы, односложные слова, предложения, - говорит она. -*

Мы встречались довольно долго, но, может быть, потому, что я готовила действительно хороший завтрак, - говорит она со смехом.

- Поддержка, оказываемая пациенту родственниками, является очень важным аспектом реабилитации, - подчеркивает Йоанна Путкевич. - Пожилые люди, к сожалению, часто одиноки. Им не хватает контактов, чтобы тренироваться, мотивировать их учиться и часто просто разговаривать. Потому что ежедневные разговоры - это тоже хорошая слуховая тренировка. Однако пример Пани Ружи показывает, что стоит внимательно присмотреться к близкому окружению и попытаться обратиться за помощью.

Пани Ружа не остановилась на совместных завтраках. Ей пришла в голову мысль, что она будет тренировать слух с помощью записей медицинских конференций, связанных с ее специальностью – общая медицина. Она предполагала, что, если она была врачом, ее знание предмета и словарного запаса должно быть своего рода облегчением. *- И она была права, - говорит Йоанна Путкевич. - Важно, чтобы языковой материал, используемый во время реабилитации, был адаптирован к уровню образования, интересам человека, он должен опираться на знания и жизненный опыт.*

Английская, французская и какофонная музыка

Через год Пани Ружа достигла значительного улучшения понимания речи в одном импланте. В другом ухе она постоянно носила слуховой аппарат. Это давало ей комфорт бинаурального слуха. К сожалению, со временем второе ухо также перестало функционировать. *- Эта ситуация напугала меня, - вспоминает она. - Я поняла, что полностью завишу от импланта - устройства, которое может сломаться. И тогда я буду неспособна существовать самостоятельно, общаться с людьми.* В возрасте 74 лет пани Ружа прошла вторую кохлеарную имплантацию на второе ухо. Он быстро принес эффекты. И только тогда началось ее настоящее приключение со слухом. Благодаря двум имплантам звук стал пространственным, слова приобрели цвета, мелодическую речь, и разговоры даже в сложных акустических условиях не составляли такой проблемы. Пани Ружа решила вернуться к обучению иностранных языков, которые она раньше знала и любила. Опять же, аудиокниги с записями медицинских конференций оказались полезными. *- Однако со временем я стала выбирать в основном гериатрические темы, - смеется она. - Начало науки понимания*

иностранных языков было ужасным, - вспоминает она. - *Я что-то слышала, но после окончания записи я ничего не могла повторить. Видео книги были для меня находкой, потому что я могла одновременно слушать и смотреть*, - говорит она. Она занималась регулярно, несколько часов в день. Сначала французский, потом еще и английский. У нее было гораздо больше проблем с первым. Теперь она без проблем их понимает. Но все еще она регулярно тренируется, потому что, по ее словам, когда она долго не слушает, все начинает забываться. Она также освежает свой русский, слушая проповеди по радио. Она даже недавно купила планшет. Утром в постели она слушает лекции, которые находит в Интернете.

Эффект работы Пани Ружи вызывают восхищение. К сожалению, не все пациенты имеют такие хорошие результаты. - *Среди пожилых людей, использующих имплант, мы наблюдаем большой разброс результатов с точки зрения достигнутого уровня понимания речи*, - говорит доктор Лоренс. - Это явление относится ко всем возрастам. Поэтому тот факт, что кому-то 80 лет, еще не означает, что ему придется долго ждать эффектов в коммуникации в течение длительного времени. Многие пожилые люди достигают этой стадии в течение трех-шести месяцев. Это очень быстро. Следовательно, возраст не является прогностическим фактором. Продолжительность потери слуха может иметь большее значение. Как правило, чем дольше кто-то плохо слышал, тем дольше ему придется ждать хороших результатов. Индивидуальные особенности пациента также оказывают влияние. Следует также помнить, что трудности в понимании речи у пожилых людей не должны быть связаны исключительно с проблемами слуха. Они могут быть вызваны, например, нейродегенеративными изменениями в мозге, более медленной скоростью обработки информации (именно поэтому так происходит у пожилых людей, которые слышат достаточно хорошо). Вот почему, как уже упоминалось, так важны правильно подготовленная реабилитация и информирование семьи и близких. - *Следует принимать во внимание*, - добавляет доктор Лоренс, - например, коммуникационные стратегии, используемые пожилыми людьми, включая использование ими контекста и жизненного опыта для понимания высказываний. Имея эту информацию, они часто могут довольно правильно угадать, что было сказано, даже если они не услышали всего. В этом отношении пожилые люди зачастую справляются гораздо лучше, чем

молодые. Это также стоит использовать во время домашнего обучения. Начиная разговор стоит заранее обозначить тему, говорить медленнее, привести примеры, учитывая не только слуховые способности пожилых людей, но также их знания и интересы.

И какую стратегию приняла пани Ружа? - *Я решила, что мне нужно адаптироваться к окружающей среде, потому что мир не приспособится ко мне,* - отвечает она. - *Вот почему я делаю все, чтобы слышать как можно лучше, я не избегаю раздражающих звуков, я не выключаю речевой процессор, когда рядом кричат дети. Я путешествую по миру, хожу в кино и театр, я изучаю новые технологии.*

Однако, в мире звуков есть что-то, с чем пани Ружа не смогла снова подружиться. Это музыка. Иногда для нее это просто шум. Песни, которые она когда-то любила, она узнает по ритму, и у нее все время создается впечатление нечистых тонов. - *Может быть, это потому, что мне всегда нравилось слово, музыка слова,* - размышляет пани Ружа. Однако, благодаря имплантам она совершила для себя открытие. Это удивительная какофоническая музыка, основанная на дисгармонии звуков. - *Она мне понравилась. А то, что я когда-то слушала, мне сейчас не нравится,* - утверждает она.

Достаточно просто захотеть

Пани Ружа наблюдает, как много людей из ее поколения имеют проблемы со слухом и ничего не делают с этим. Как бы она воодушевила их, чтобы обратиться за помощью? - *Я бы сказала им, что они не понимают, как постепенно увеличиваются их ограничения в социальной жизни. Сколько они теряют, не имея контакта с людьми. Например, у меня есть друг, мужчина моего возраста. Его жена думает, что ему не нужен слуховой аппарат, потому что он не помогает ему. И если он не помогает, значит, он все еще хорошо слышит. Она так думает. Когда мы встречаемся, я вижу его лицо, лишенное мимики, беспомощный взгляд, и я знаю, что он не понимает всего, о чем мы говорим.*

- По нашему мнению, гораздо больше пожилых людей с нарушениями слуха могли бы улучшить качество своей жизни, обратившись в Институт, - говорит доктор Лоренс. - Но они либо не знают об этом, либо терапевты не направляют их к соответствующим специалистам. Бывает и так, что не сами пожилые люди ищут помощи, а их родственники. Потому что им надоело постоянно повторяющиеся фразы бабушки из ее любимого сериала. - Нужно работать со всей семьей, - добавляет Йоанна Путкевич. - Нужно не только мотивировать пожилых людей стать более активными, но и изменить подход родственников к ним.

Я спрашиваю пани Ружу, стоит ли прилагать столько усилий и работать, чтобы лучше слышать. - Это того стоит, нужно только захотеть, - говорит она. - Я не вижу биологических возрастных противопоказаний.

Откуда в ней такая сила и решимость в достижении цели? - Моя мама воспитала во мне в детстве то, что является моей жизненной философией до сегодняшнего дня, - вспоминает она. - Когда мы читали историю Робинзона Крузо, она сказала мне, что жизненные барьеры никого не обходят стороной. И нужно бороться, чтобы на них не разбиться. Я думаю, что у меня все получается. В каком-то смысле глухота похожа на необитаемый остров ...