

GLASBA IN SLUH 2015-2018



Zbirno poročilo o pilotnih anketah, izvedenih med osnovnošolci v času sistematičnega zdravstvenega pregleda sluha

Ljubljana, 2019

Vodja naloge:

Dr. Sonja Jeram, univ. dipl. biol.

Sodelavki pri nalogi:

Bojana Bažec, univ. dipl. inž. kem. inž.

Helena Pavlič, dipl. san. inž.

Zdravnice, odgovorne za sistematični preventivni pregled otrok in mladine:

Janeta Kodrin Pušnik, dr. med., spec. šol. med., ZD Ravne na Koroškem

Darja Žalig, dr. med., ZD Ravne na Koroškem

Marisa Višnjevca Tuljak, dr. med., spec. šol. med., ZD Izola

Študijo je odobrila Komisija RS za medicinsko etiko pri Ministrstvu za zdravje

Ilustracija: Matija Cipurić

Nacionalni inštitut za javno zdravje je v letih med 2015 in 2018 v sodelovanju z Zdravstvenim domom Ravne na Koroškem in Zdravstvenim domom Izola med osnovnošolci v času sistematičnega zdravstvenega pregleda sluha izvedel anketo o njihovih navadah poslušanja glasbe »Kako pogosto poslušáš glasbo in kakšna zvrst glasbe ti je najbolj všeč?«.

Namen študije je bil predvsem ugotoviti izvedljivost anketiranja v času sistematičnega zdravstvenega pregleda, s katerim želimo povečati ozaveščenost mladostnikov o možnih nevarnih posledicah pogostega in dolgotrajnega poslušanja glasbe prek slušalk za njihov sluh.

KAZALO

Uvod.....	5
1. Namen in cilji študije.....	5
2. Metode in vzorec.....	5
3. Rezultati.....	6
4. Zaključki.....	7
5. Razprava.....	7
6. Literatura.....	7
PRILOGA 1: Zbirni odgovori na vprašanja v anketi.....	8
PRILOGA 2: Protokol izvedbe ankete.....	39
PRILOGA 3: Shema protokola za izvedbo ankete.....	40

Zahvala

Vsem učencem in učenkam ter njihovim staršem se zahvaljujemo za razumevanje in čas, ki so ga porabili, da so nam omogočili izvedbo pilotne ankete.

Zahvaljujemo se osebju osnovnih šol, ki je privolilo v sodelovanje in nam omogočilo stik z učenci.

Iskreno se zahvaljujemo tudi zdravstvenim delavcem Zdravstvenega doma Ravne na Koroškem in Zdravstvenega doma Izola, ki so pokazali veliko zanimanja za naše delo in s svojim aktivnim sodelovanjem podprli našo idejo o potrebi po večjem ozaveščanju mladih o nevarnostih za okvare sluha.

Uvod

Strokovnjaki Znanstvenega odbora Evropske unije (EU) za nastajajoča in na novo ugotovljena zdravstvena tveganja (SCENIHR) so leta 2008 opozorili, da dolgotrajno poslušanje preglasne glasbe z rabo prenosnih predvajalnikov glasbe pri 5 % do 10 % mladostnikov lahko predstavlja tveganje za okvaro sluha, ki se kaže kot šumenje v ušesih (tinitus) oziroma začasna ali trajna naglušnost (1). Na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje (NIJZ) smo z anketo »Kako pogosto poslušáš glasbo in kakšna zvrst glasbe ti je najbolj všeč?«, ki smo jo izvedli leta 2013, ugotovili, da 12,4 % mladostnikov (od 1635 sodelujočih osnovnošolcev in srednješolcev), glasbo z uporabo prenosnih predvajalnikov glasbe poslušá tako pogosto in glasno, da bi pri njih lahko pričakovali okvaro sluha, če bi s takim načinom vedenja vztrajali več let (2,3,4). Na podlagi zbranih rezultatov smo se odločili, da bomo s študijami in ozaveščanjem otrok nadaljevali predvsem v osnovnih šolah. Zaradi želje, po čim manjšem dodatnem obremenjevanju osebja šol in zdravstvenih domov, smo se odločili, da študijo izvedemo z osmošolci (izjemoma devetošolci) v času sistematičnega pregleda sluha. Vendar menimo, da bi bilo ozaveščanje bolj učinkovito, če bi ga izvedli z mlajšimi učenci, v petem ali šestem razredu osnovne šole, ko glasbe na obravnavan način še ne poslušájo tako intenzivno.

1. Namen in cilji študije

Namen pilotne študije je bil uvesti čim bolj učinkovito anketiranje učencev v času sistematičnega zdravstvenega pregleda, s katerim želimo povečati ozaveščenost mladostnikov o možnih nevarnih posledicah glasnega, pogostega in dolgotrajnega poslušanja glasbe prek slušalk za njihov sluh. Anketo smo izvedli ob rednem sistematičnem pregledu sluha. Na ta način smo zbrali objektivne podatke o sluhu mladostnikov, hkrati pa poskrbeli, da so izpolnili anketo in tako imeli čas, da razmišljájo o svojih navadah poslušanja glasbe. S poročilom o rezultatih pilotne študije želimo vsem sodelujočim posredovati zbrane odgovore, naše zaključke in priporočila za zaščito sluha pri mladostnikih.

2. Metode in vzorec

K sodelovanju smo z vabilom šolam povabili učence 8. in 9. razredov treh osnovnih šol - Prežihovega Voranca Ravne na Koroškem, Vojke Šmuc Izola in Livade Izola, ki so v obdobju od leta 2015 do 2018 izvedli letne sistematične preglede sluha v območnem zdravstvenem domu.

V študijo so bili vključeni vsi povabljeni učenci, ki so se s sodelovanjem strinjali in so pridobili soglasje za sodelovanje s strani svojih staršev. Udeležene osebe niso prejele nobenega denarnega ali drugačnega nadomestila za sodelovanje pri študiji. Pri izvedbi ankete je bila zagotovljena anonimnost sodelujočih. V času sistematičnega pregleda so učenci izpolnili anketo, zdravnik pa je v anketi dopolnil informacije o metodi pregleda sluha (šepet, avdiologija) in rezultat pregleda sluha (ni težav, minimalna okvara sluha, okvara sluha). Preverjanje sluha je potekalo skladno z obstoječo prakso in pravili v zdravstvenih domovih. Zaradi pilotne študije se ni izvedlo nobeno dodatno preverjanje sluha.

Za pilotno študijo smo za anketiranje mladostnikov nekoliko priredili in skrajšali verzijo ankete »Kako pogosto poslušáš glasbo in kakšna zvrst glasbe ti je najbolj všeč?«, ki smo jo pripravili na podlagi nemške ankete (5). Celotna anketa je zajemala 31 vprašanj, ki so bila združena v šest sklopov. Prvi sklop je zajemal vprašanja o učencu (spol, starost), drugi sklop vprašanja o navadah poslušanja glasbe v zadnjem letu, tretji sklop vprašanja o ukvarjanju z glasbo (igranje glasbenega instrumenta, petje) in drugimi aktivnostmi, pri katerih je prisotna glasba ali hrup (športni dogodki ipd.), četrti sklop vprašanja o rabi prenosnih predvajalnikov glasbe v zadnjem tednu in peti sklop vprašanja o

zaznavanju šumenja v ušesih in vprašanja o sluhu. V anketi je v šestem sklopu zaključni dve vprašanji o sluhu izpolnila zdravnica, ki je v Zdravstvenem domu Ravne na Koroškem sluh pri mladostnikih tudi preverjala. V Zdravstvenem domu Izola je zdravnica na zadnji dve vprašanji odgovorila na podlagi rezultata preverjanja sluha z avdiološko metodo, ki ga je izvedel Center za komunikacijo, sluh in govor Portorož. Zdravstveno osebje je delo opravilo v skladu z določili Zakona o varstvu osebnih podatkov.

Postopek izvedbe ankete smo izvajali po protokolu, ki smo ga sproti dopolnjevali in prilagajali glede na izkušnje posamezne pilotne ankete. Protokol izvedbe ankete ob sistematičnem preventivnem pregledu sluha je shematsko prikazan in dopoljen z navodili v Prilogah 2 in 3. Vsaka nova šola in zdravstveni dom, ki bi želela izvesti anketo v bodoče, lahko osnovni protokol prilagodita glede na obstoječe sodelovanje in potrebe.

Odgovore ankete smo iz vprašalnikov prepisali v bazo podatkov in jih nato uredili za zbirno grafično predstavitev. Zaradi majhnega števila sodelujočih in zaradi ključnega namena, da testiramo sam postopek izvedbe ankete ob sistematičnem pregledu sluha, odgovorov nismo statistično podrobneje analizirali. Rezultate predstavljamo s kratkim povzetkom, zbrane odgovore na posamezna vprašanja pa podajamo v Prilogi 1.

3. Rezultati

V obdobju od 2015 do 2018 se je na naše vabilo odzvalo 211 učencev iz treh osnovnih šol - Prežihovega Voranca Ravne na Koroškem, Vojke Šmuc Izola in Livade Izola. 98 je bilo fantov in 110 deklet. Za 3 učence spola ne poznamo, ker učenci niso odgovorili na to vprašanje.

Sluh so v Zdravstvenem domu Ravne na Koroškem preverjali s šepetom, medtem ko so v Zdravstvenem domu Izola preverjali sluh z avdiološko metodo. Med vsemi učenci je bila ugotovljena minimalna okvara sluha pri 2 učencih in okvara sluha pri 1 učencu.

Učenci sami so svoj sluh večinoma ocenili kot dober ali zelo dober. 16 učencev je ocenilo sluh kot srednje dober, 5 kot slab in 1 kot zelo slab, a kljub temu pri teh učencih motnje sluha pri pregledu niso bile zaznane.

Šumenje v ušesih je vsaj enkrat že zaznalo 70 učencev, večkrat pa 52 učencev. 1 učenec je omenil stalno šumenje v ušesih.

Od 155 učencev, ki so glasbo v zadnjem tednu poslušali z uporabo slušalk, je večina (114 učencev) jakost na predvajalniku glasbe naravnala na manj kot 80 % maksimalne vrednosti. 17 učencev je jakost nastavilo na 80 %, 7 na 90 % in 16 na maksimalno možno vrednost. 1 učenec na vprašanje ni odgovoril.

Od 40 učencev, ki so glasbo poslušali glasneje, je bilo 28 deklet in 10 fantov. Za 2 učenca spol ni znan. Med temi učenci je 8 učencev omenilo, da so enkrat zaznali šumenje v ušesih, 14 učencev je šumenje v ušesih zaznalo večkrat, 17 učencev pa šumenja v ušesih še ni zaznalo. 1 učenec na to vprašanje ni odgovoril. 26 od teh učencev se ukvarja tudi z glasbo, 2 učenca se pogosto udeležujeta kinopredstave, 1 učenec koncertov (rock, pop, house, jazz...), 1 učenec zabave v disku in 1 učenec zabave v drugih lokalih z glasbo, 7 učencev večjih športnih dogodkov v športnih dvoranah in 3 učenci spuščanja raket, metanja petard in ognjemetov. Dva učenca sta navedla, da se mnogih dogodkov udeležujeta vsak dan, kar se zdi malo verjetno.

Od 40 učencev, ki so glasbo poslušali glasneje sta 2 učenca navedla, da na koncertih včasih uporabljata zaščito za sluh, 1 učenec vedno na zabavi v disku, 1 učenec vedno in 1 učenec včasih v drugih lokalih z glasbo, 6 učencev včasih ob spuščanju raket, metanju petard in ognjemetov ter 2 učenca včasih na strelišču. Glede na naše rezultate nismo opazili povezave med zaznavanjem šumenja v ušesih in navadami poslušanja glasbe prek slušalk prenosnih predvajalnikov glasbe.

4. Zaključki

Rezultati izvedene pilotne študije so pokazali, da je izvedba ankete v času sistematičnega zdravstvenega pregleda osnovnošolcev izvedljiva brez večjih zapletov.

Anketo je izpolnilo 211 osnovnošolcev, med katerimi je bila ugotovljena minimalna okvara sluha pri 2 učencih in okvara sluha pri 1 učencu.

Šumenje v ušesih je vsaj enkrat že zaznalo 70 učencev, večkrat pa 52 učencev. 1 učenec je omenil stalno šumenja v ušesih. Šumenja v ušesih nismo uspeli povezati z navadami poslušanja glasbe.

Vsak dan glasbo prek slušalk poslušajo 20% vseh učencev. Med njimi glasnost nad 80 % možne nastavitve naravnih 17 učencev. 8% anketiranih učencev bi si z dolgotrajnim poslušanjem glasbe na enak način lahko povzročilo okvaro sluha.

5. Razprava

Ključni namen naše študije je bil, da testiramo sam postopek izvedbe ankete ob sistematičnem pregledu sluha, zato odgovorov nismo statistično podrobneje analizirali. Ob tem smo vsaj v manjšem obsegu prispevali k ozaveščanju mladih o možnosti okvare sluha zaradi nepremišljenega in pretiranega poslušanja glasbe. Pripravili smo zgibanko z osnovnimi informacijami o nevarnostih pretiravanja pri poslušanju glasbe in možnostih za preprečevanje trajnih okvar sluha. Kljub temu da smo imeli majhen vzorec učencev, so rezultati pokazali, da je ocena deleža učencev, ki so bolj izpostavljeni tveganju za okvaro sluha, primerljiva z doslej objavljenimi rezultati v literaturi (1).

Študijo bi bilo smiselno nadaljevati tako, da se povežemo z inštitucijami, ki izvajajo preglede sluha z najmodernejšimi pristopi in metodami ter z bolj aktivnim vključevanju zdravstvenih domov. Poleg poslušanja glasbe bi bilo natančneje treba učence vprašati tudi o načinu poslušanja prek slušalk, ko jih uporabljajo pri igranju računalniških igranic in o načinu aktivnega ukvarjanja z glasbo, saj je nevarnost za poškodbe sluha pri glasbenikih precej velika. Ozaveščanje bi bilo zato smiselno razširiti predvsem na nižje glasbene šole in vključiti starše predvsem mlajših otrok.

6. Literatura

1. SCENIHR (2008). Scientific opinion on the Potential health risks of exposure to noise from personal music players and mobile phones including a music playing function. European Commission, Scientific Committee on Emerging and Newly Identified Health Risks, Brussels, Belgium.
2. Delfar N, Jeram S (avtorici, urednici). Kako pogosto poslušajo glasbo in kakšna vrsta glasbe ti je najbolj všeč? Poročilo o raziskavi. Ljubljana, Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2014, 1-49. <http://www.nijz.si/sl/publikacije/kako-pogosto-poslusas-glasbo-in-kaksna-zvrst-glasbe-ti-je-najbolj-vsec>
3. Jeram S, Delfar N. Preliminary results of the study on usage of portable music players and future plans for public policy in Slovenia. V: Program and abstract booklet. Nara: institute of Noise Control Engineering of Japan, 2014, str. 1-7.
4. Jeram S, Pavlič H, Bažec B, Repič H. Hearing tests combined with noise awareness action in elementary schools. V: 12th International Congress on Noise as a Public Health Problem, 18-22 June 2017, Zurich. Zurich: ICBen. 2017, str. 1-9. <http://icben2017.org/>.
5. Twardella D (2010). OHRKAN - An epidemiologic study on hearing in adolescents. OHRKAN-Team, Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit. Bayerisches Landesamt Für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit, Oberschleissheim.

PRILOGA 1: Zbirni odgovori na vprašanja v anketi

*KAKO POGOSTO POSLUŠAŠ GLASBO
IN KAKŠNA ZVRST GLASBE TI JE NAJBOLJ VŠEČ?*

Zbirni odgovori na anketna vprašanja



TVOJE MNENJE JE DRAGOCENO

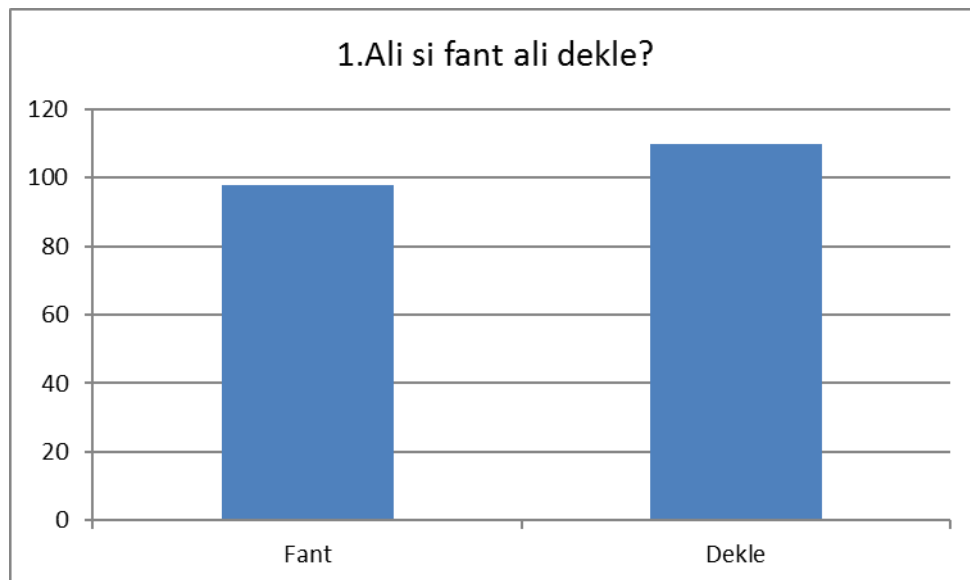
OPOMBA:

Število odgovorov se popolnoma ne ujema s številom sodelujočih v vseh primerih, ker na nekatera vprašanja učenci niso odgovorili. Ker je bilo takih primerov malo, niso bistveno vplivali na celotno sliko zbirnih rezultatov. Zato teh primerov nismo posebej navajali.

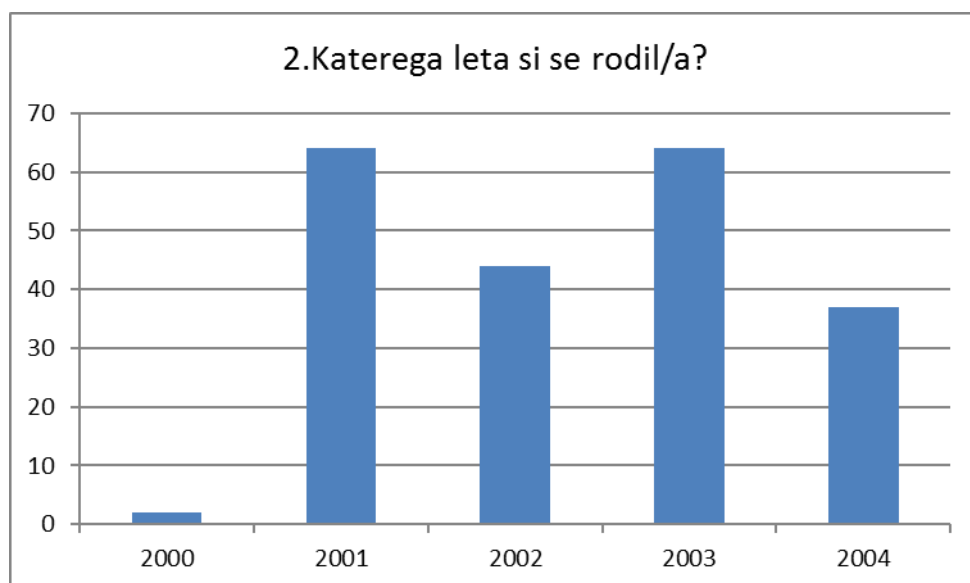
V grafih je na y osi vedno navedeno število odgovorov na x osi pa so opcije možnih odgovorov.

Najprej nekaj vprašanj O TEBI

1. Ali si fant ali dekle?

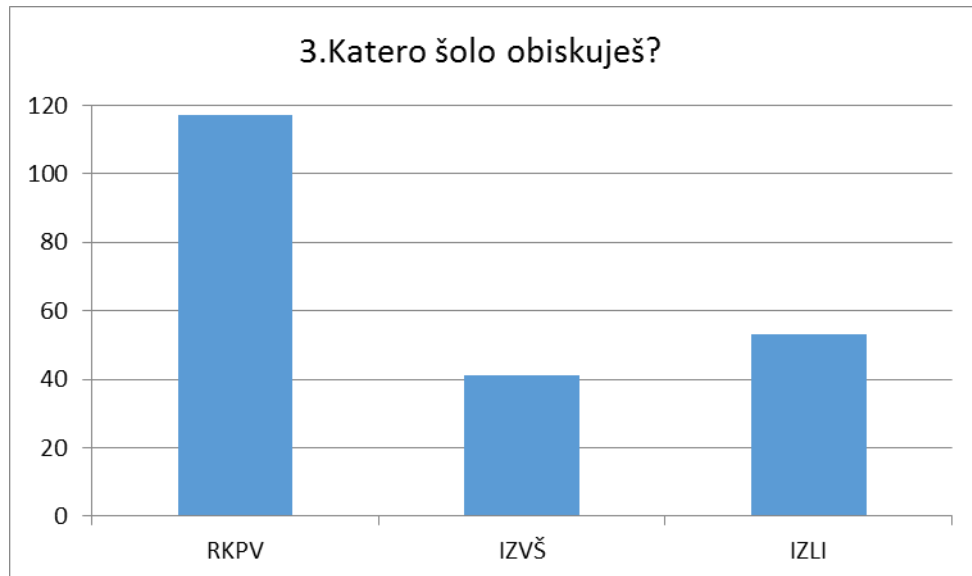


2. Katerega leta si se rodil/a?

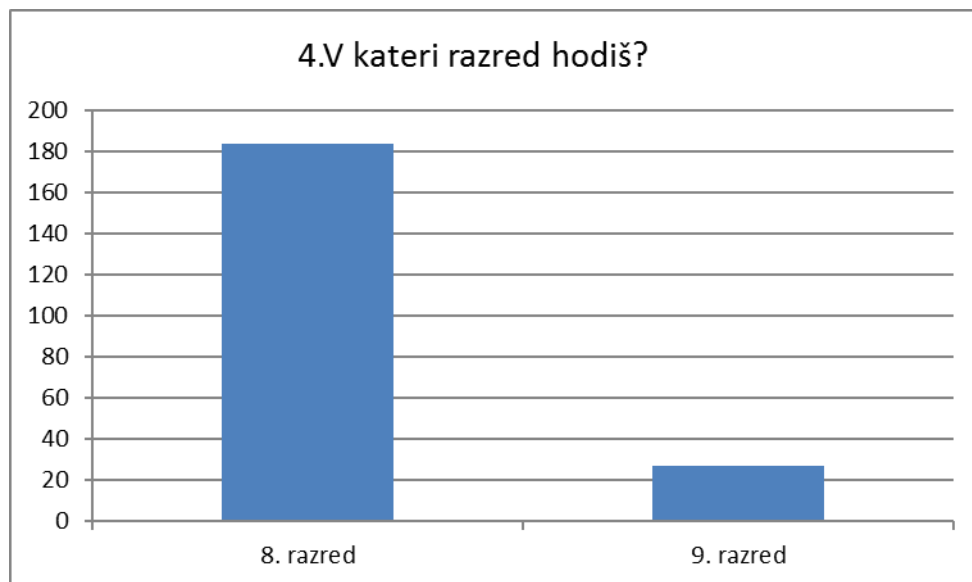


3. Katero šolo obiskuješ? (Vpiši šifro tvoje šole)

Šifre niso vnesli vsi učenci, zato so predstavljeni kraji, v katerih je šola.

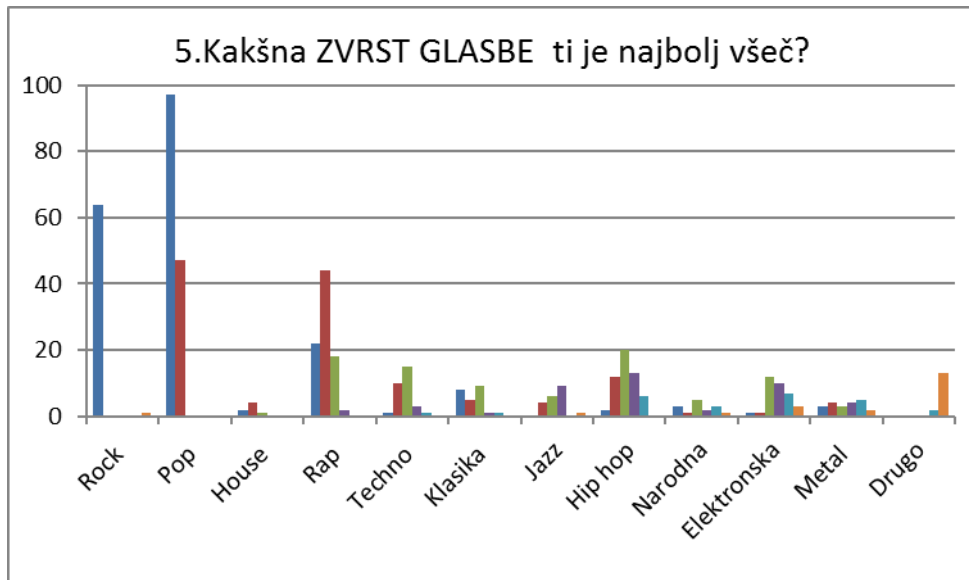


4. V kateri razred hodiš?



5. Kakšna ZVRST GLASBE ti je najbolj všeč?

Možnih je bilo več odgovorov



V naslednjih vprašanjih te sprašujemo o tem, kako pogosto si v ZADNJIH 12-ih MESECIH poslušal/a glasbo in ali si pri tem uporabljal/a NAGLAVNE/UŠESNE SLUŠALKE.

6. Kako pogosto si v ZADNJIH 12-ih MESECIH poslušal/a glasbo brez slušalk? (Radio, TV ...)

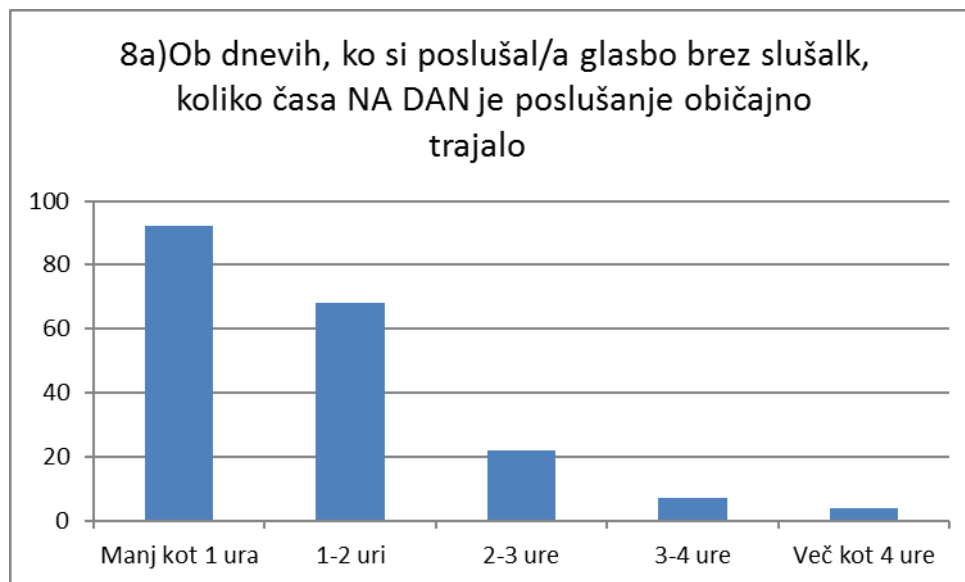


7. Kako pogosto si v ZADNJIH 12-ih MESECIH poslušal/a glasbo z naglavnimi/ušesnimi slušalkami?

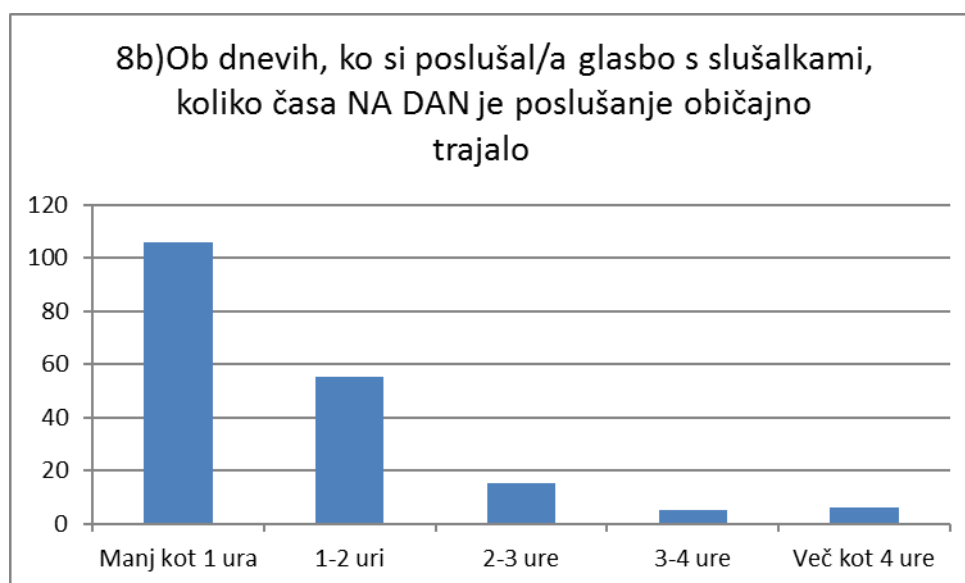


8. Ob dnevih, ko si poslušal/a glasbo, koliko časa NA DAN je poslušanje običajno trajalo?

a) brez slušalk

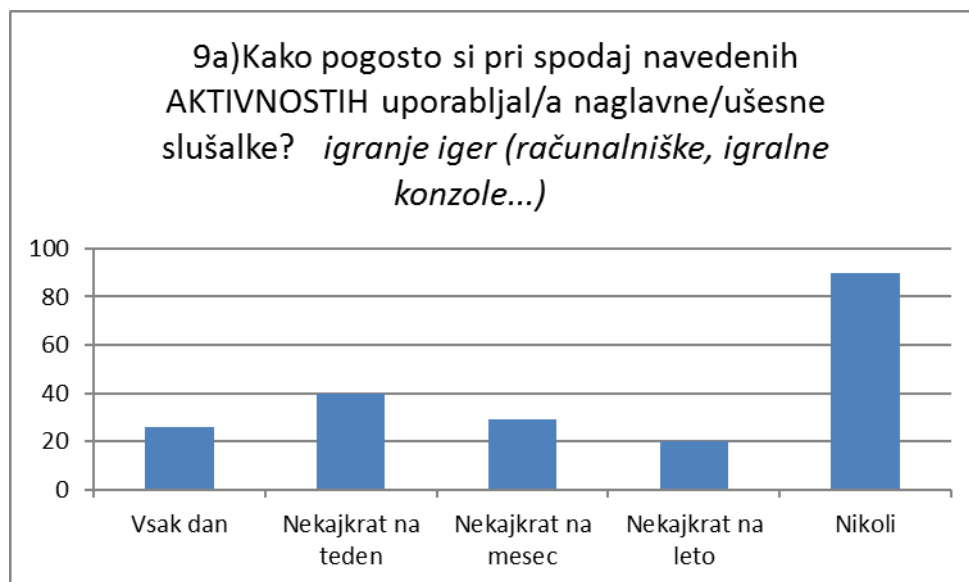


b) z naglavnimi/ušesnimi slušalkami

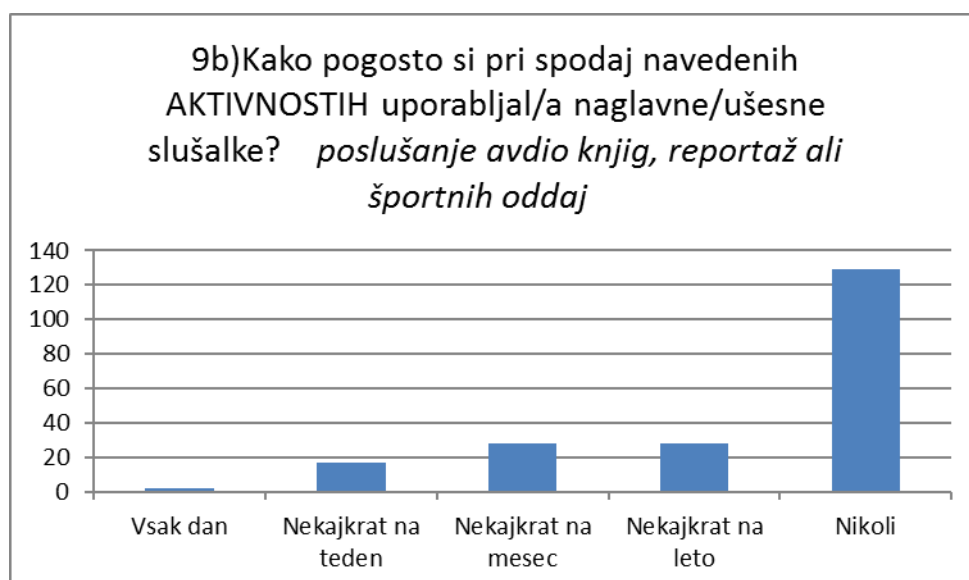


9. Kako pogosto si pri spodaj navedenih AKTIVNOSTIH uporabljal/a naglavne/ušesne slušalke?

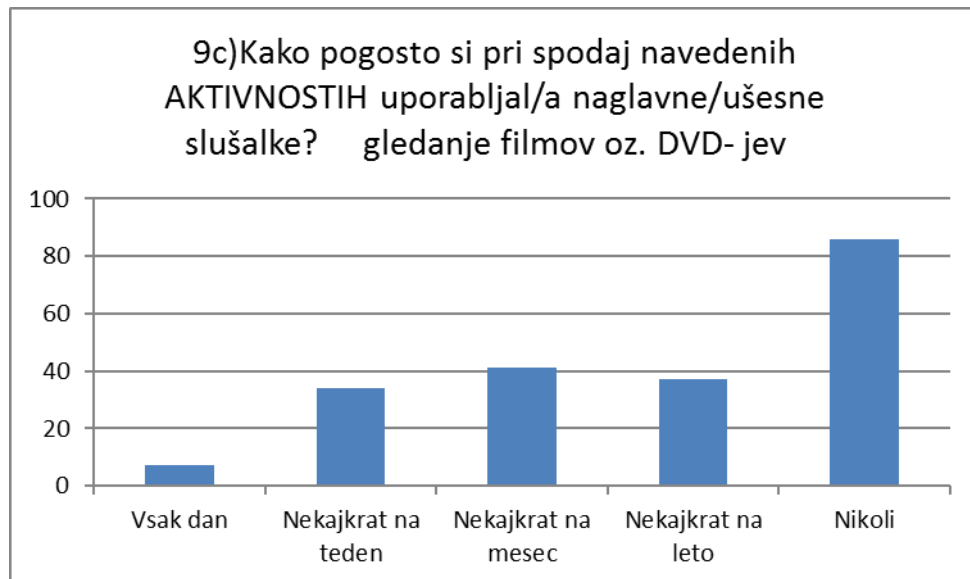
a) igranje iger (računalniške, igralne konzole ...)



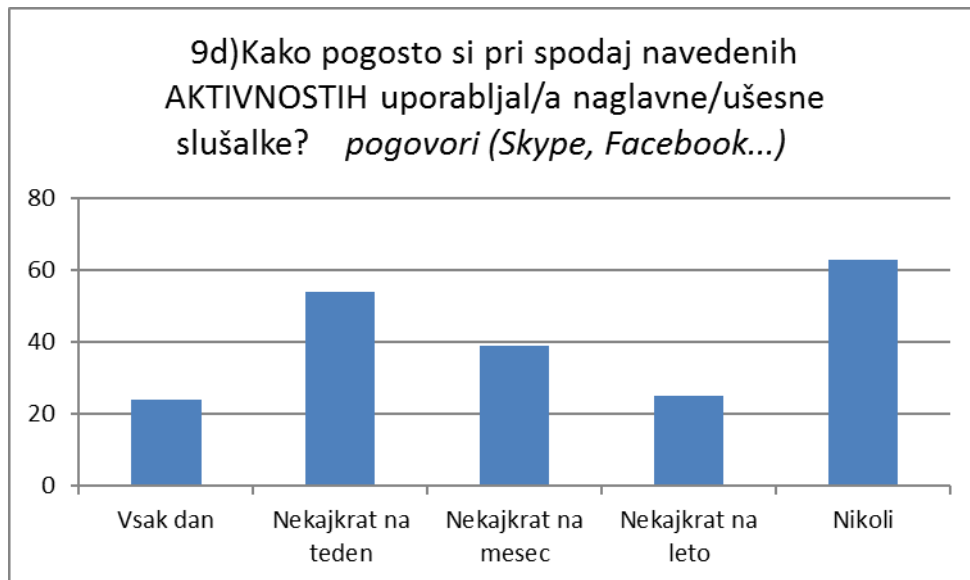
b) poslušanje avdio knjig, reportaž ali športnih oddaj



c) gledanje filmov oz. DVD-jev



d) pogovori (Skype, Facebook ...)

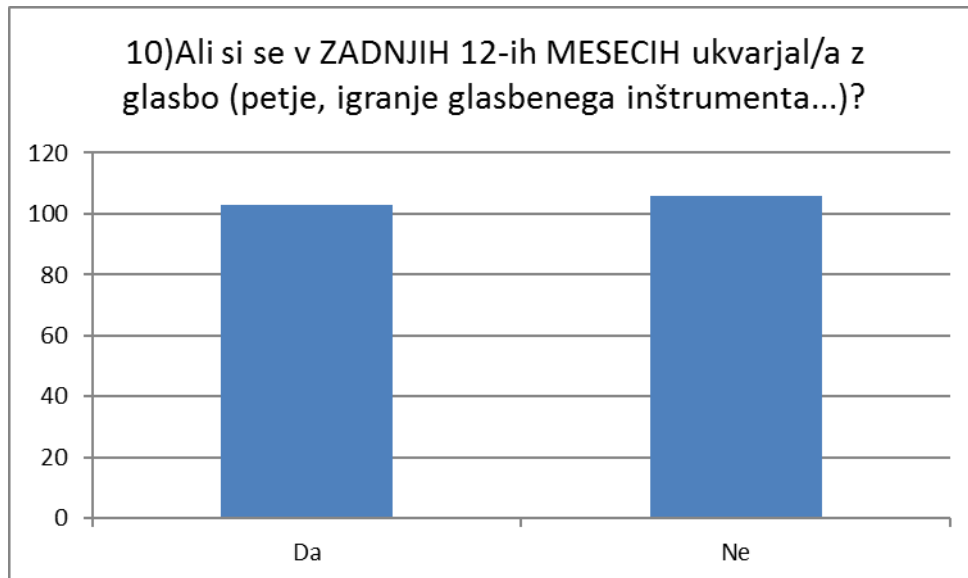


e) drugo (navedi):

- poslušanje glasbe, vsak dan
- poslušanje glasbe na računalniku, telefonu
- poslušanje glasbe, nekajkrat na teden
- telefon, nekajkrat na teden
- poslušanje snovi, nekajkrat na teden
- poslušanje glasbe, nekajkrat na teden
- športne aktivnosti, nekajkrat na mesec
- prosti čas, vsak dan
- muzika, vsak dan
- YouTube, vsak dan
- glasba, vsak dan
- trening plezanja, vsak dan
- poslušanje glasbe, nekajkrat na mesec
- na sprehodu, med vožnjo, nekajkrat na teden
- poslušanje glasbe prek računalnika, nekajkrat na mesec
- glasba, nekajkrat na teden
- pri vožnji s kolesom, ponoči med spanjem
- glasba, nekajkrat na mesec
- vožnja, nekajkrat na teden
- hoja, nekajkrat na teden
- TeamSpeak, nekajkrat na mesec
- druženje s prijatelji, vsak dan
- twitter, nekajkrat na mesec
- poslušanje glasbe, nekajkrat na teden
- med vožnjo, nekajkrat na leto
- poslušanje muzike
- poslušanje glasbe pri delanju domačih nalog
- poslušanje glasbe
- muziko

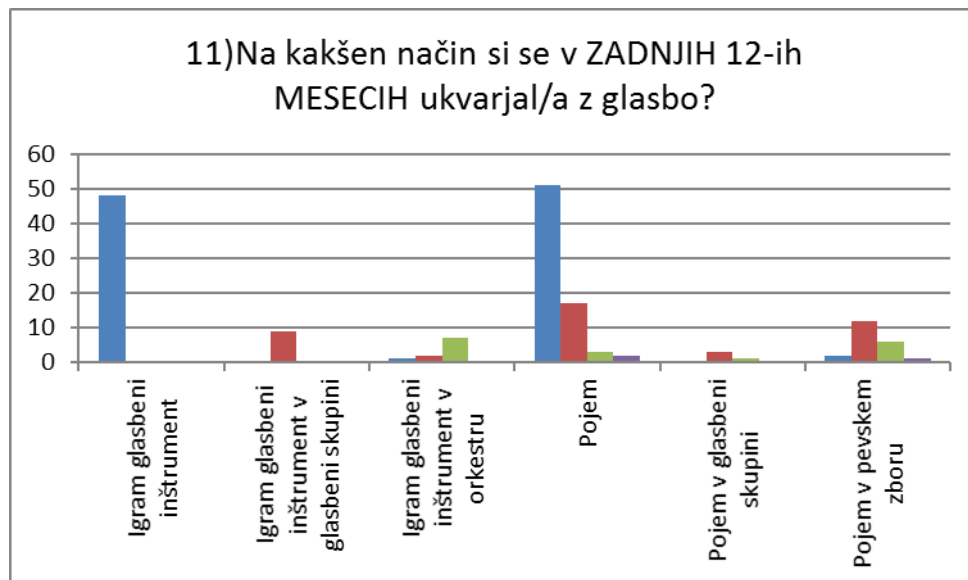
V naslednjih vprašanjih te sprašujemo, če si se v ZADNJIH 12-ih MESECIH UKVARJAL/A Z GLASBO (igral/a na glasbeni inštrument, pel/a), se udeleževal/a glasbenih in športnih dogodkov ter ali si uporabljal/a pripomočke za zaščito sluha.

10. Ali si se v ZADNJIH 12-ih MESECIH ukvarjal/a z glasbo (petje, igranje glasbenega inštrumenta ...)?



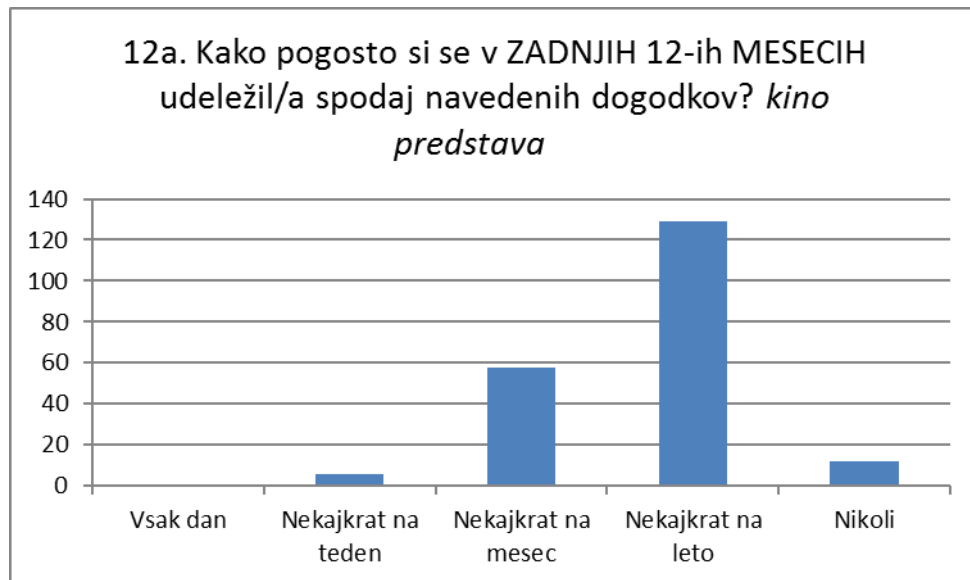
11. Na kakšen način si se v ZADNJIH 12-ih MESECIH ukvarjal/a z glasbo?

Možnih je bilo več odgovorov

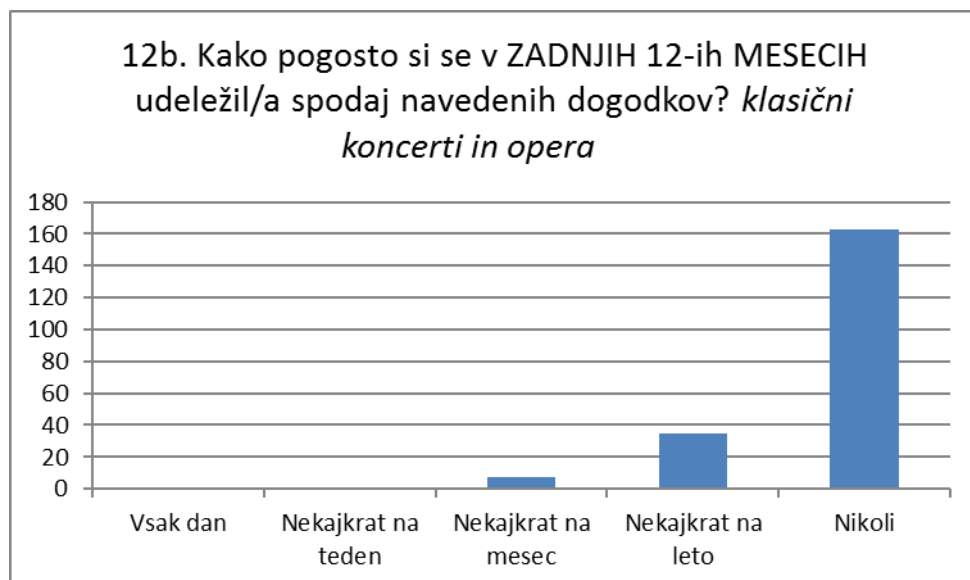


12. Kako pogosto si se v ZADNJIH 12-ih MESECIH udeležil/a spodaj navedenih dogodkov?

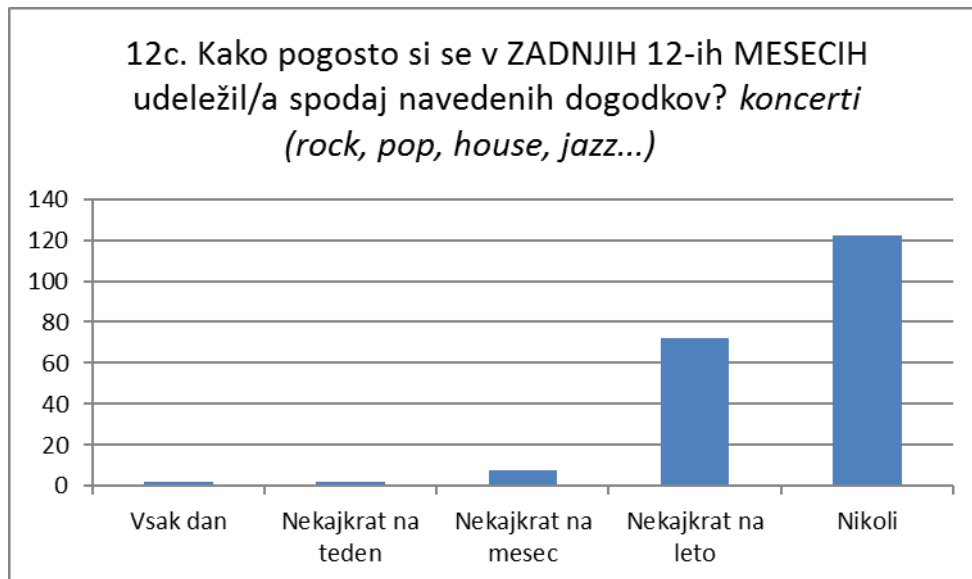
a) kino predstava



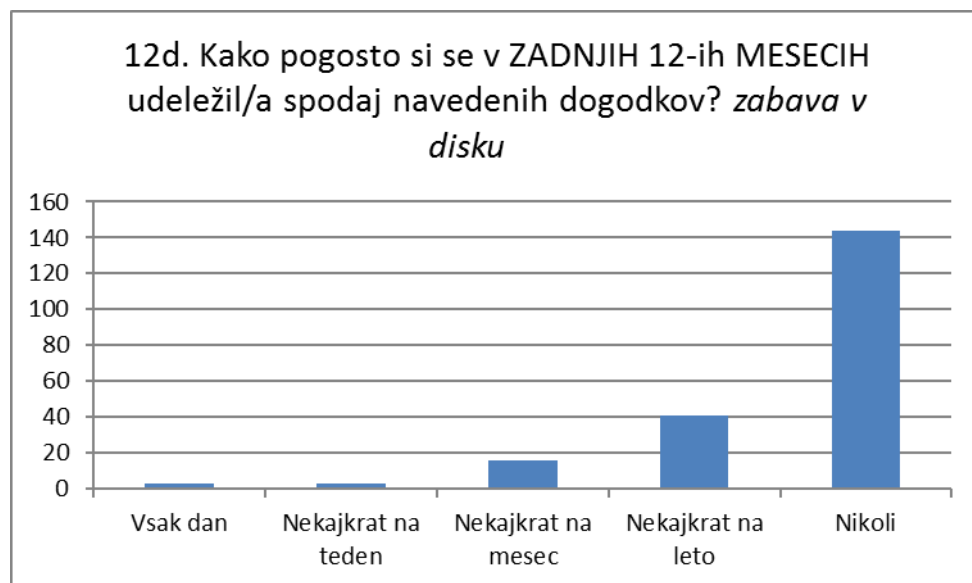
b) klasični koncerti in opera



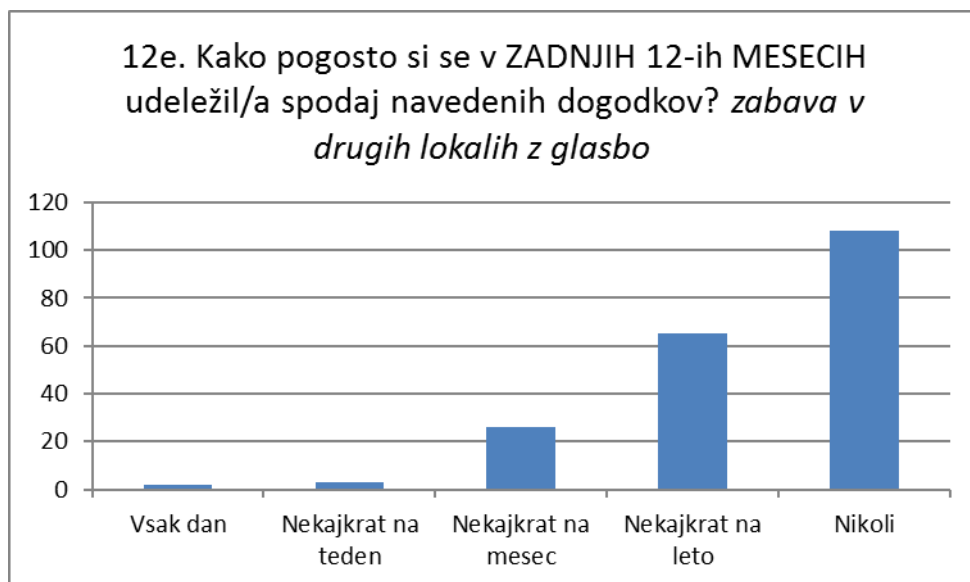
c) koncerti (rock, pop, house, jazz ...)



d) zabava v disku



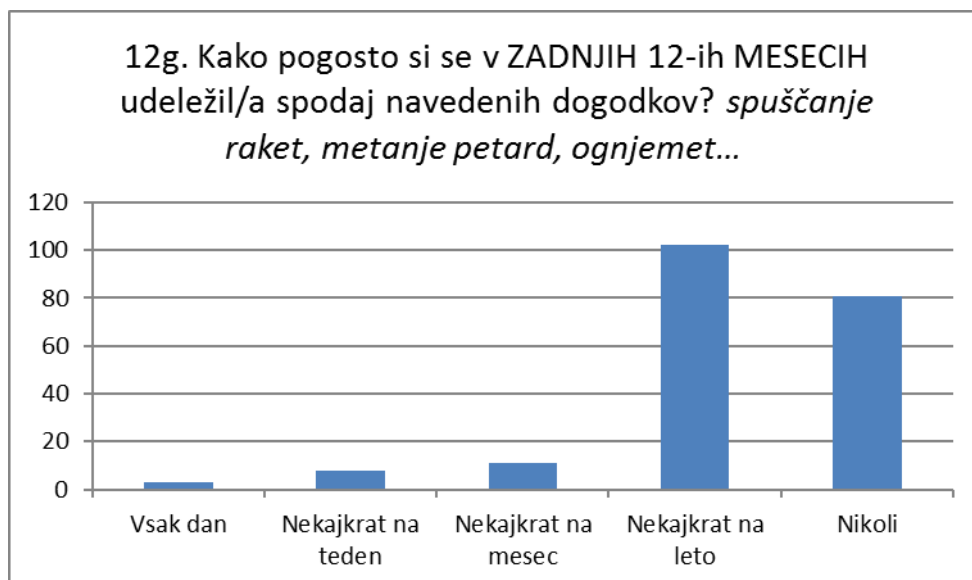
e) zabava v drugih lokalih z glasbo



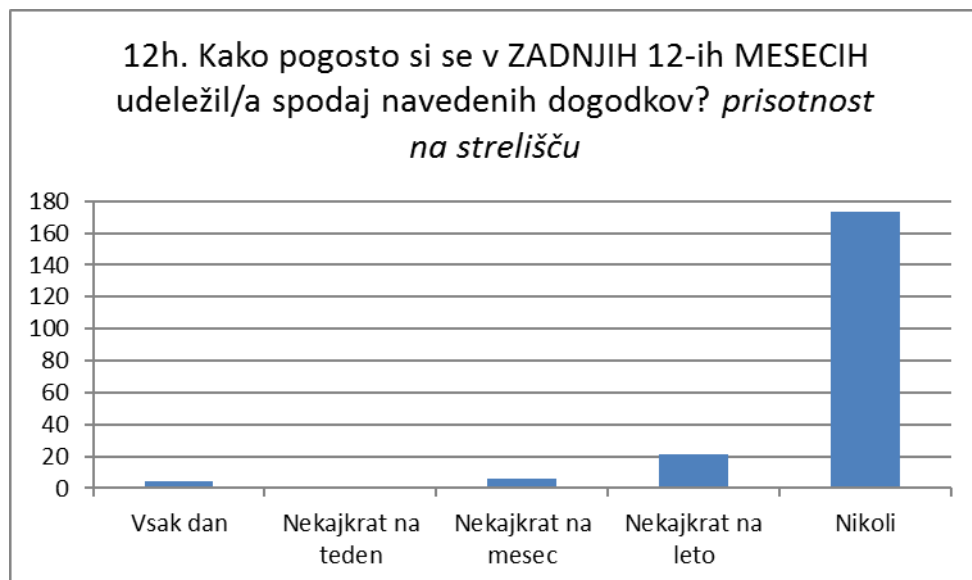
f) večji športni dogodki v športnih dvoranah



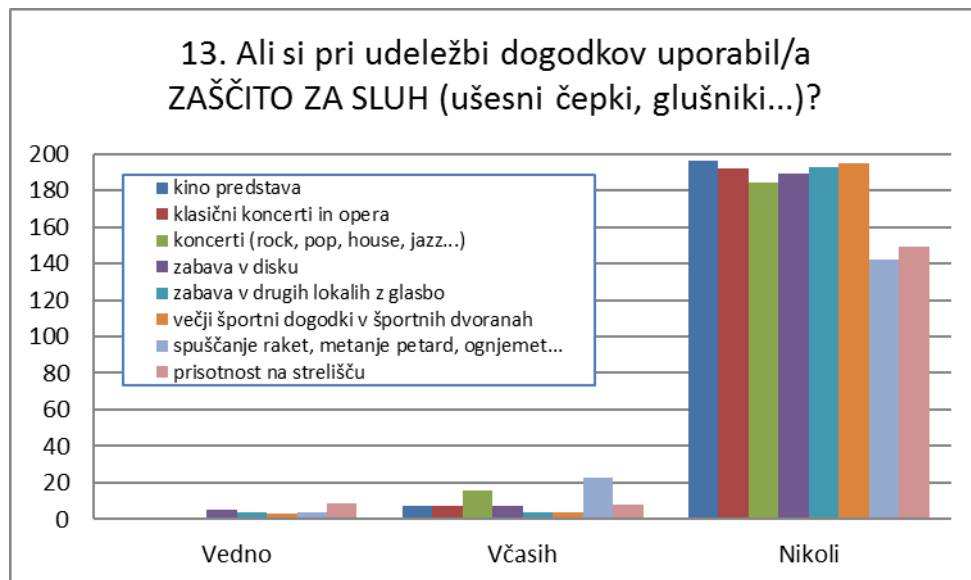
g) spuščanje raket, metanje petard, ognjemet ...



h) prisotnost na strelišču

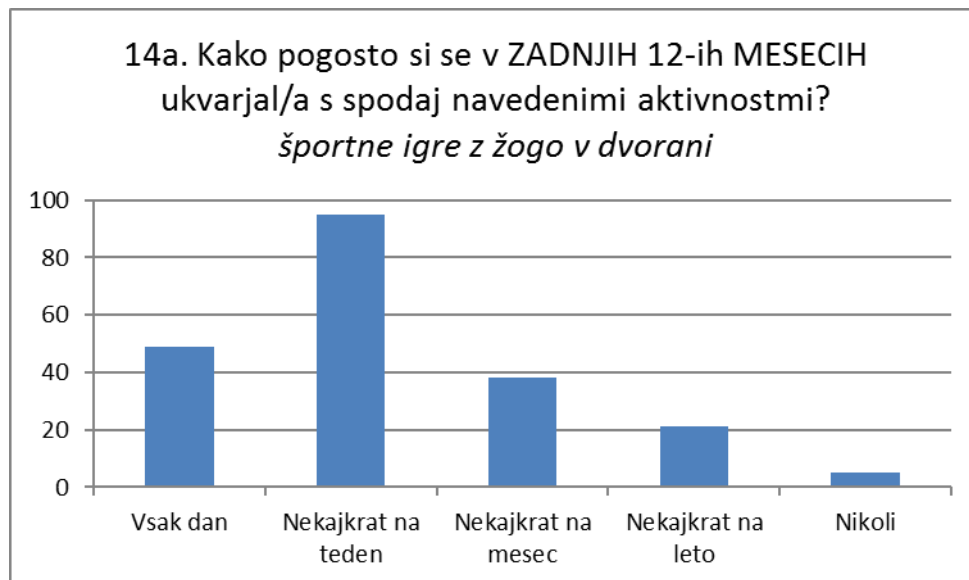


13. Ali si pri udeležbi dogodkov uporabil/a ZAŠČITO ZA SLUH (ušesni čepki, glušniki ...)?

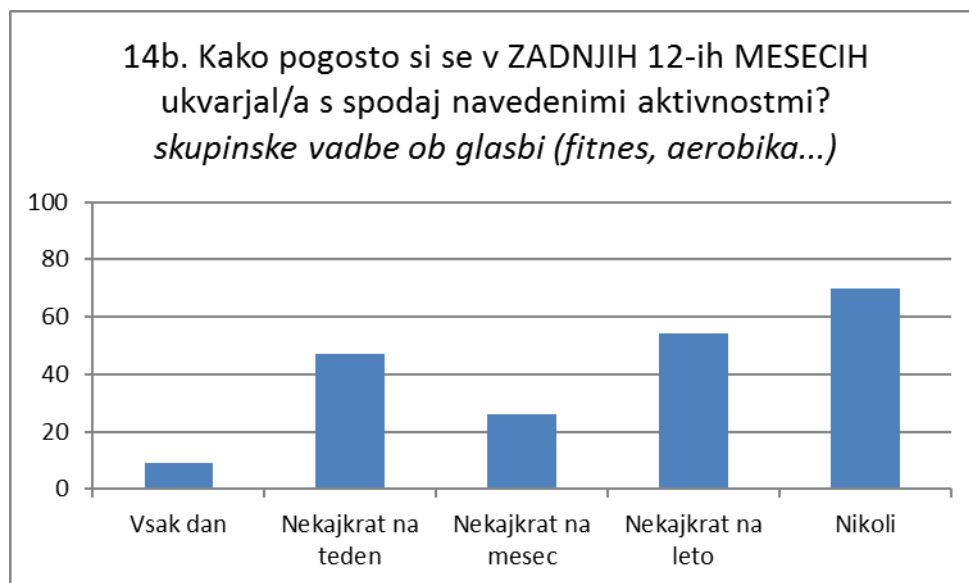


14. Kako pogosto si se v ZADNJIH 12-ih MESECIH ukvarjal/a s spodaj navedenimi aktivnostmi?

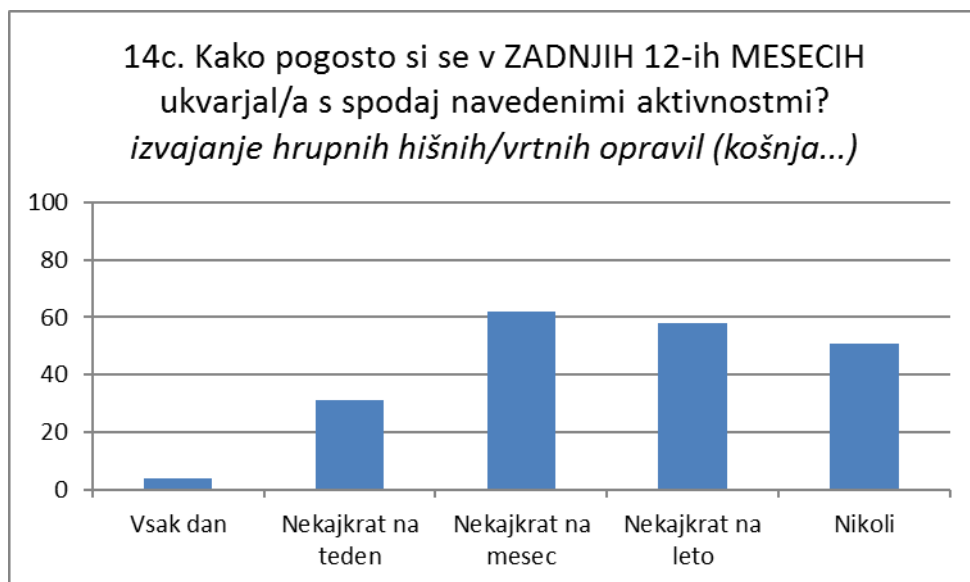
a) športne igre z žogo v dvorani



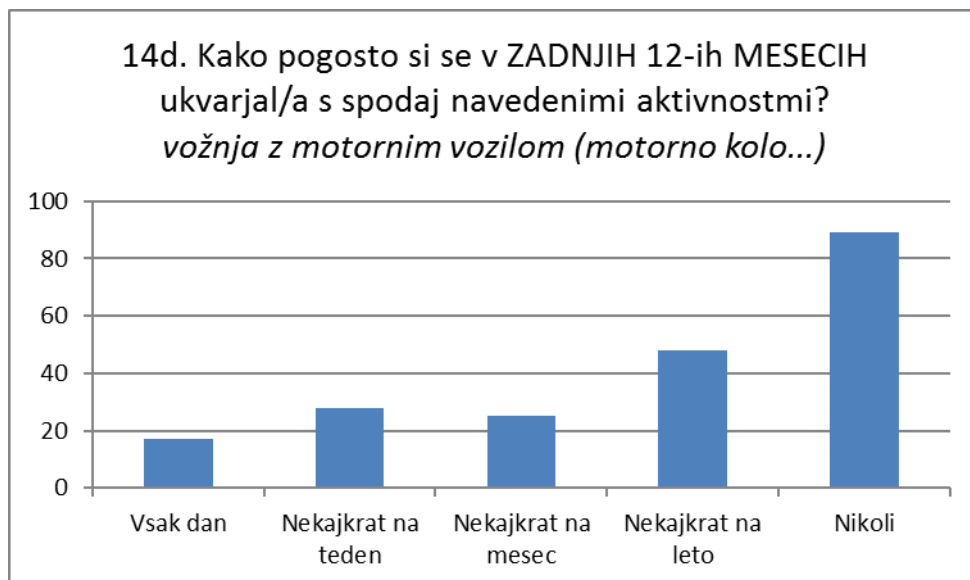
b) skupinske vadbe ob glasbi (fitnes, aerobika ...)



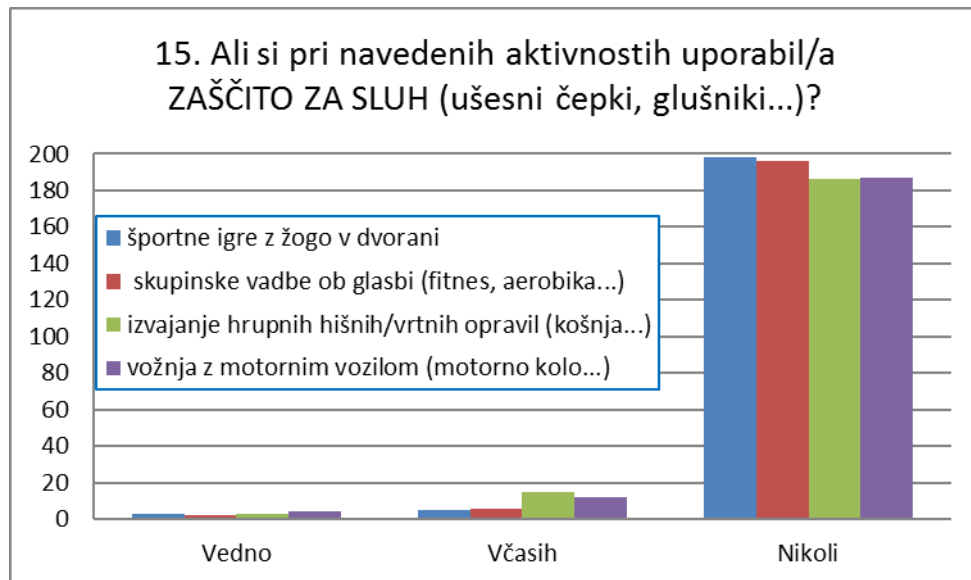
c) izvajanje hrupnih hišnih/vrtnih opravil (košnja ...)



d) vožnja z motornim vozilom (motorno kolo...)

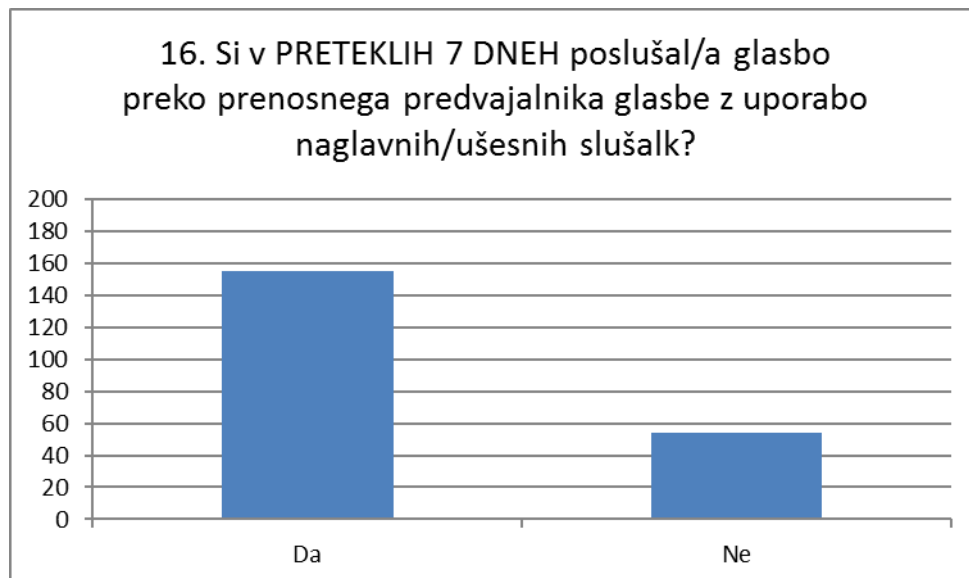


15. Ali si pri navedenih aktivnostih uporabil/a ZAŠČITO ZA SLUH (ušesni čepki, glušniki ...)?

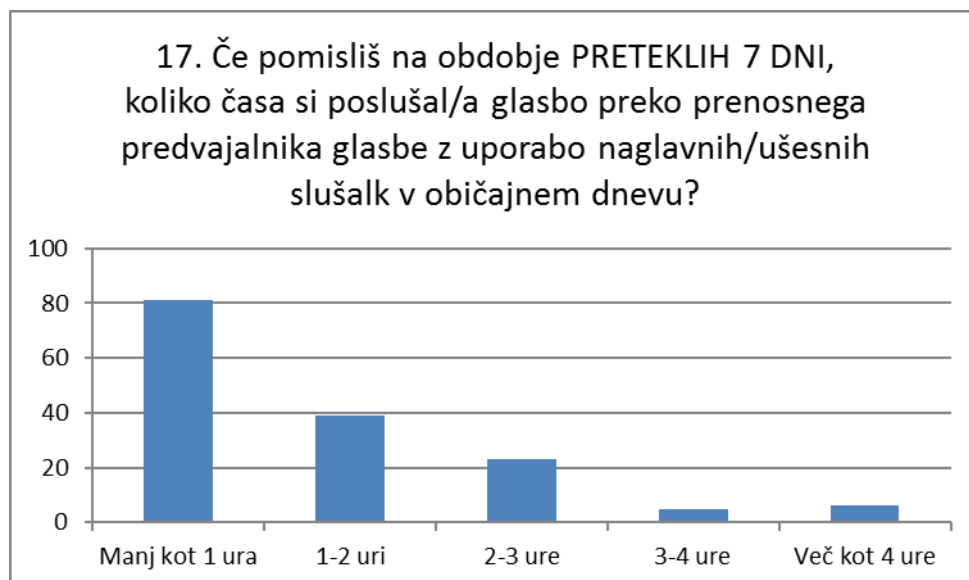


Pri naslednjem sklopu vprašanj nas podrobneje zanima tvoje poslušanje glasbe preko PRENOSNIH PREDVAJALNIKOV z uporabo NAGLAVNIH/UŠESNIH SLUŠALK. Pri naslednjih vprašanjih pomisli NA PRETEKLIH 7 DNI.

16. Si v PRETEKLIH 7 DNEH poslušal/a glasbo preko prenosnega predvajalnika glasbe z uporabo naglavnih/ušesnih slušalk?



17. Če pomisliš na obdobje PRETEKLIH 7 DNI, koliko časa si poslušal/a glasbo preko prenosnega predvajalnika glasbe z uporabo naglavnih/ušesnih slušalk v običajnem dnevu?

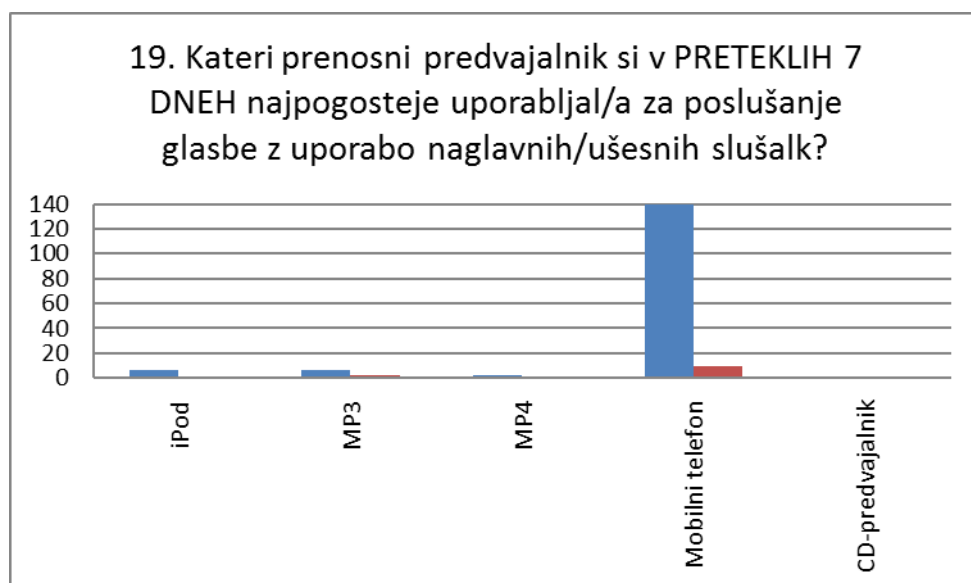


18. Poslušanje glasbe z uporabo naglavnih/ušesnih slušalk je bilo v PRETEKLIH 7 DNEH:
(... v primerjavi s sicer povprečnimi navadami poslušanja glasbe na ta način)

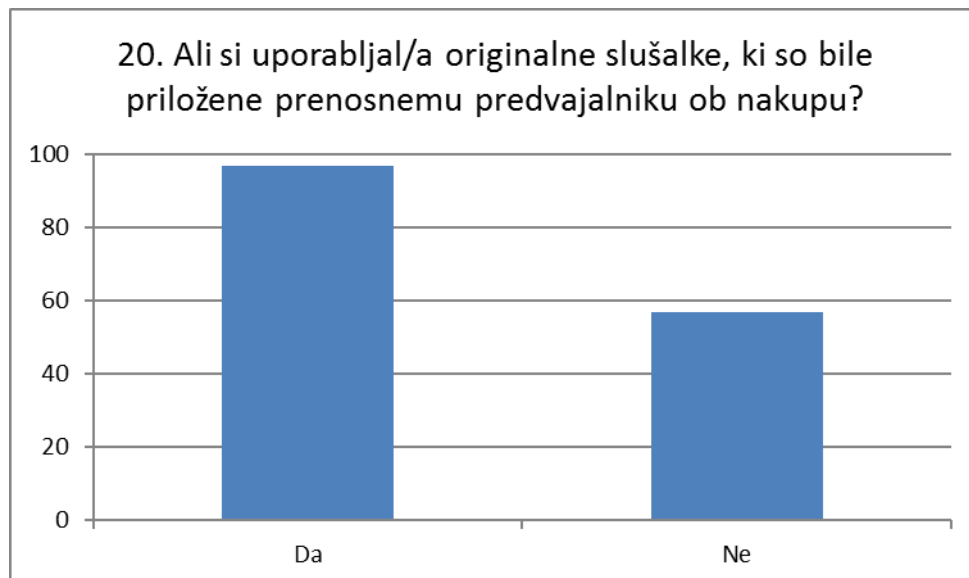


19. Kateri prenosni predvajalnik si v PRETEKLIH 7 DNEH najpogosteje uporabljaj/a za poslušanje glasbe z uporabo naglavnih/ušesnih slušalk?

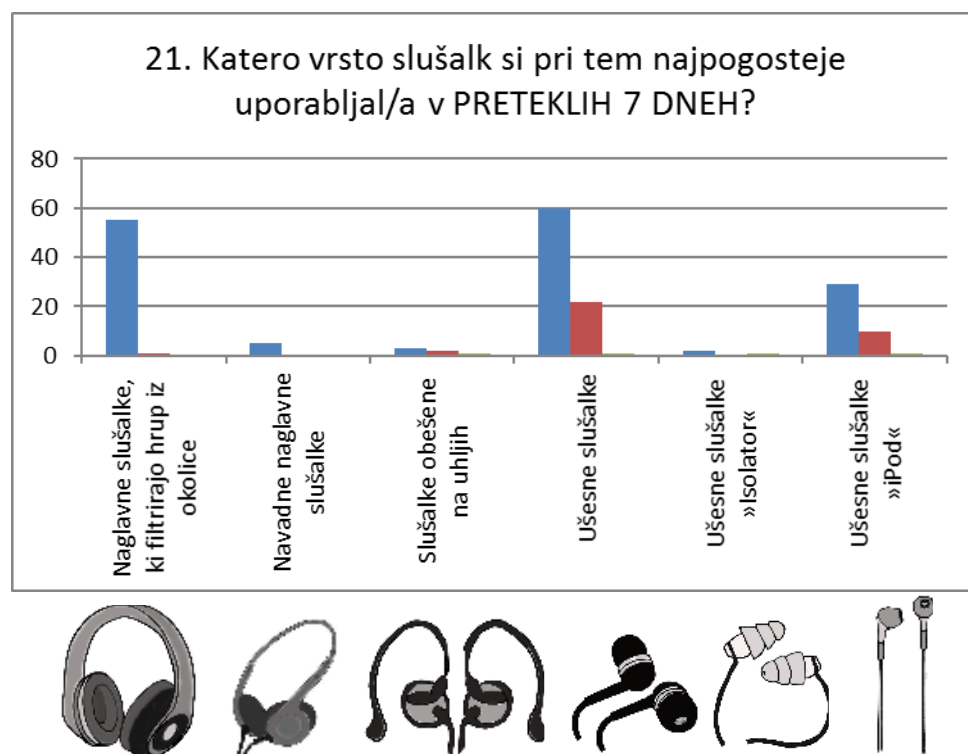
Možnih je bilo več odgovorov



20. Ali si uporabljal/a originalne slušalke, ki so bile priložene prenosnemu predvajalniku ob nakupu?

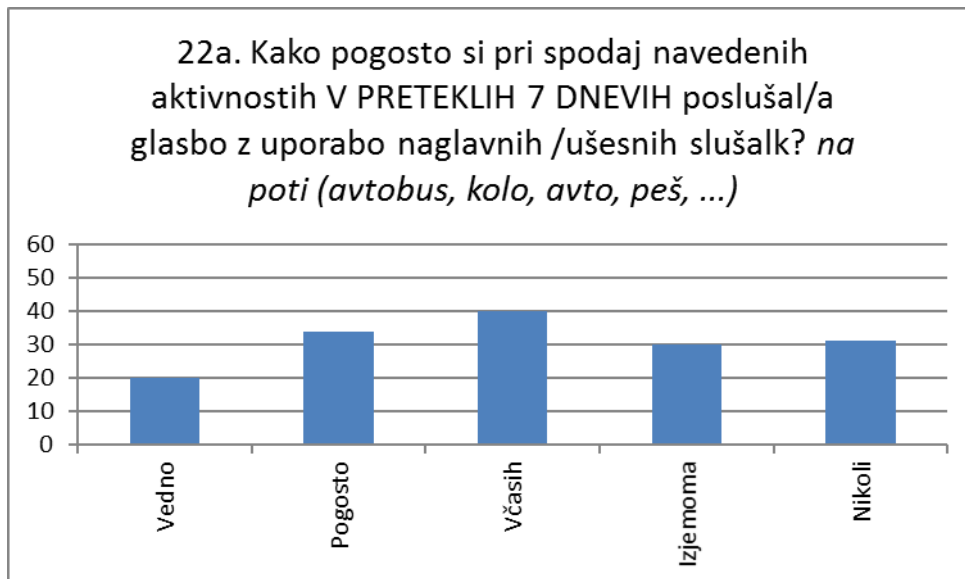


21. Katero vrsto slušalk si pri tem najpogosteje uporabljal/a v PRETEKLIH 7 DNEH?

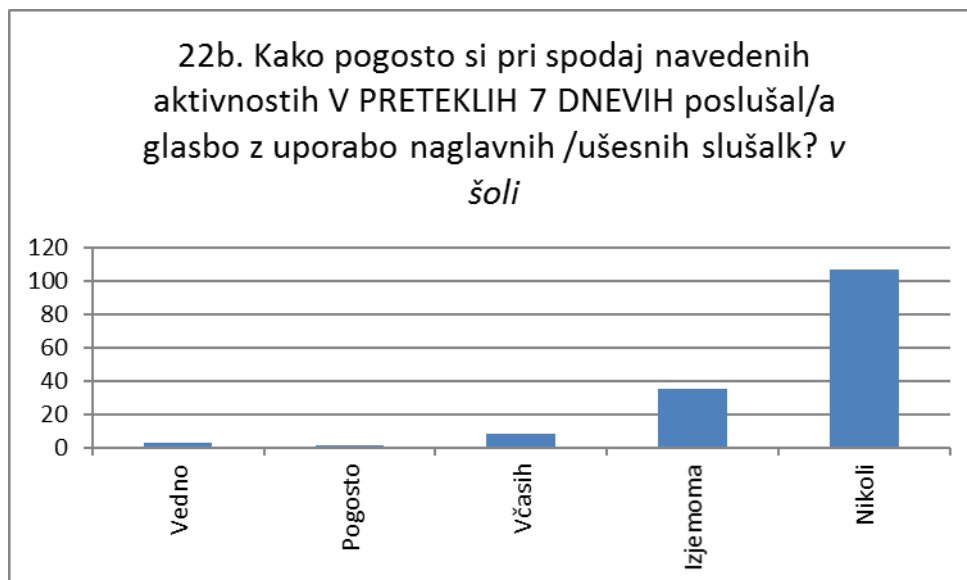


22. Kako pogosto si pri spodaj navedenih aktivnostih V PRETEKLIH 7 DNEVIH poslušal/a glasbo z uporabo naglavnih /ušesnih slušalk?

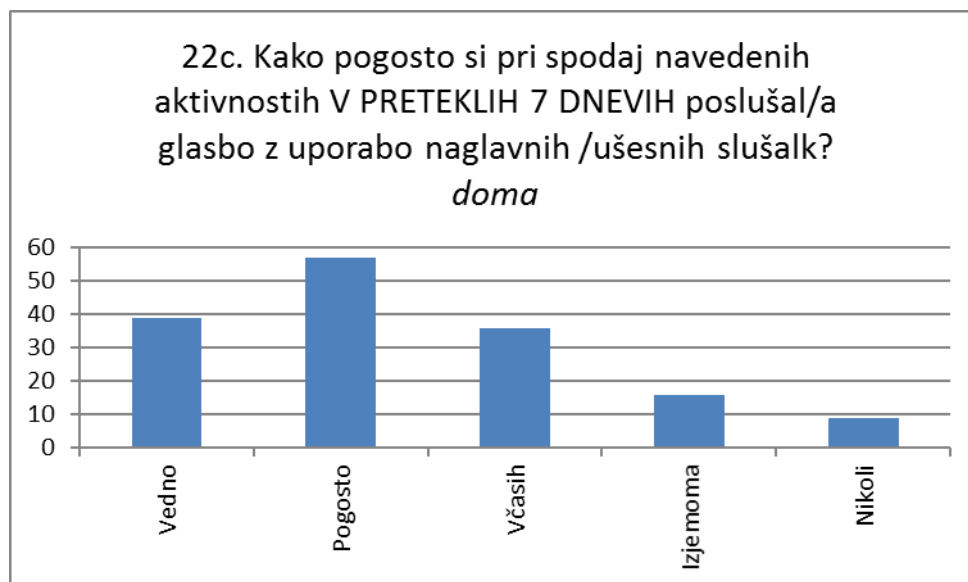
a) na poti (avtobus, kolo, avto, peš ...)



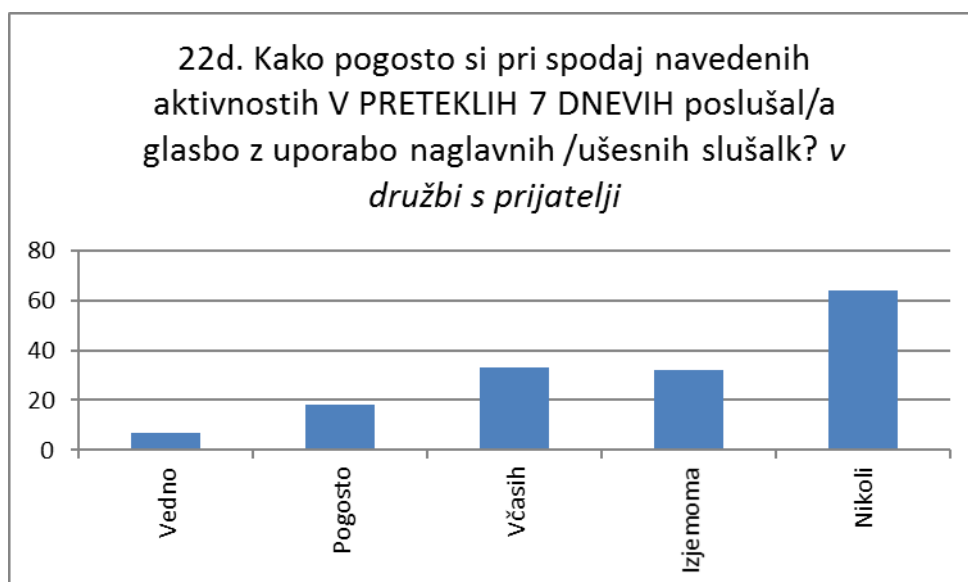
b) v šoli



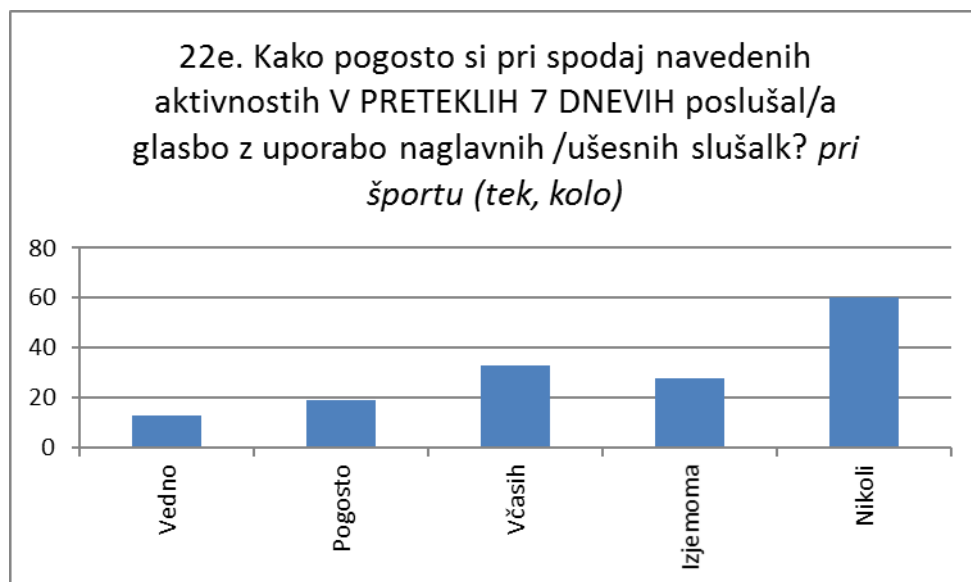
c) doma



d) v družbi s prijatelji



e) pri športu (tek, kolo)

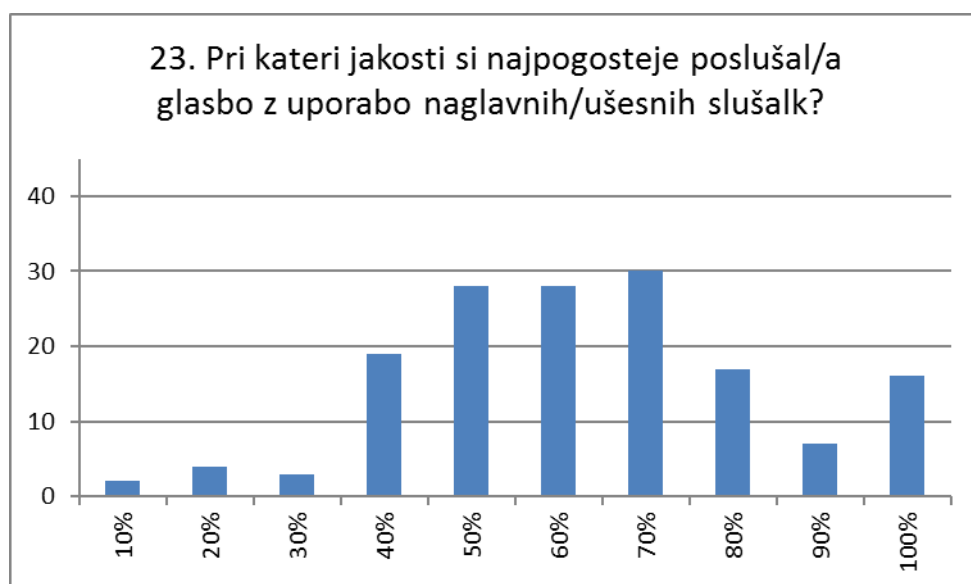


23. Pri kateri jakosti si najpogosteje poslušal/a glasbo z uporabo naglavnih/ušesnih slušalk? Primerjaj svoje nastavitve z največjo možno nastavitvijo jakosti. Pomisli na PRETEKLIH 7 DNI in označi odgovor, ki ustreza tvoji nastavitvi jakosti.

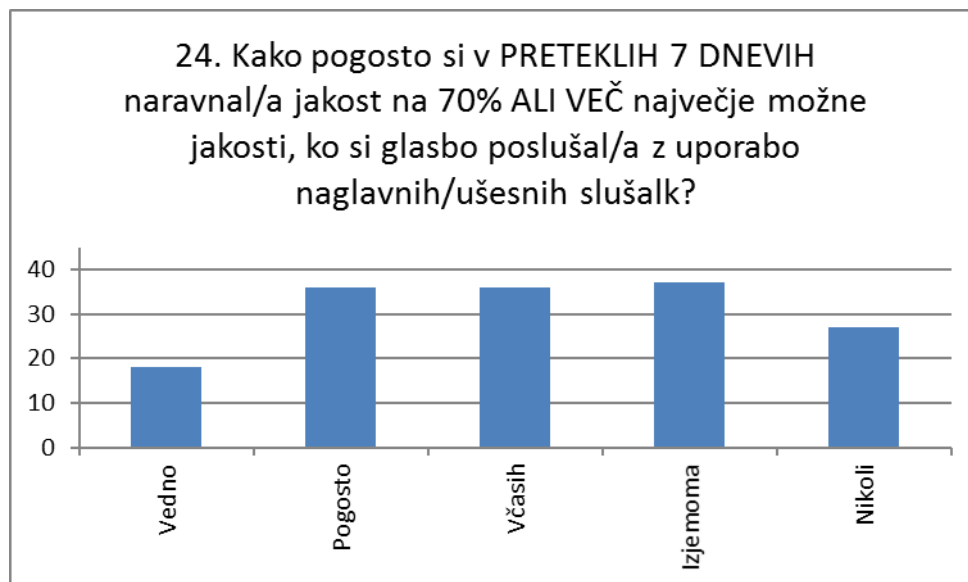
minimalna jakost

maksimalna jakost

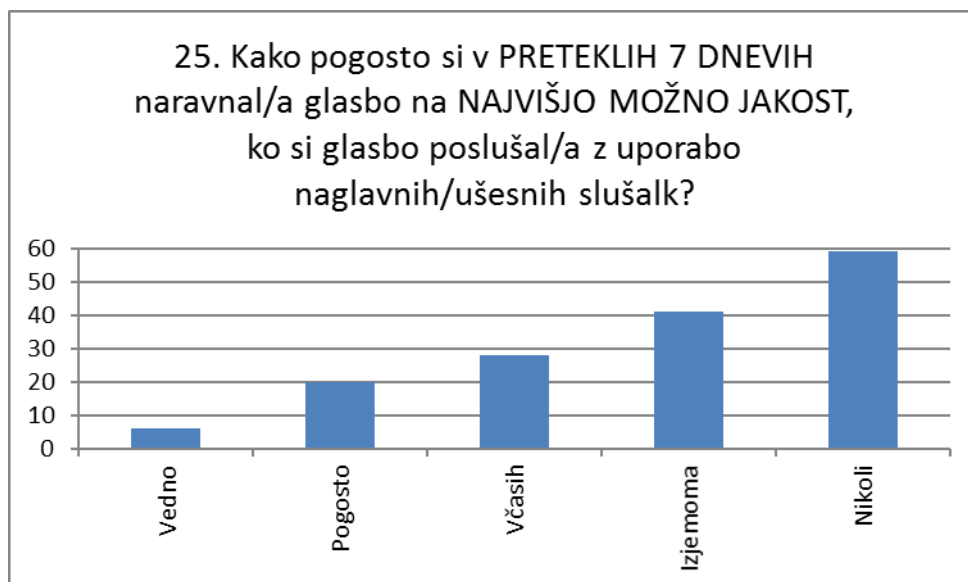
10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



24. Kako pogosto si v PRETEKLIH 7 DNEVIH naravnal/a jakost na 70% ALI VEČ največje možne jakosti, ko si glasbo poslušal/a z uporabo naglavnih/ušesnih slušalk?

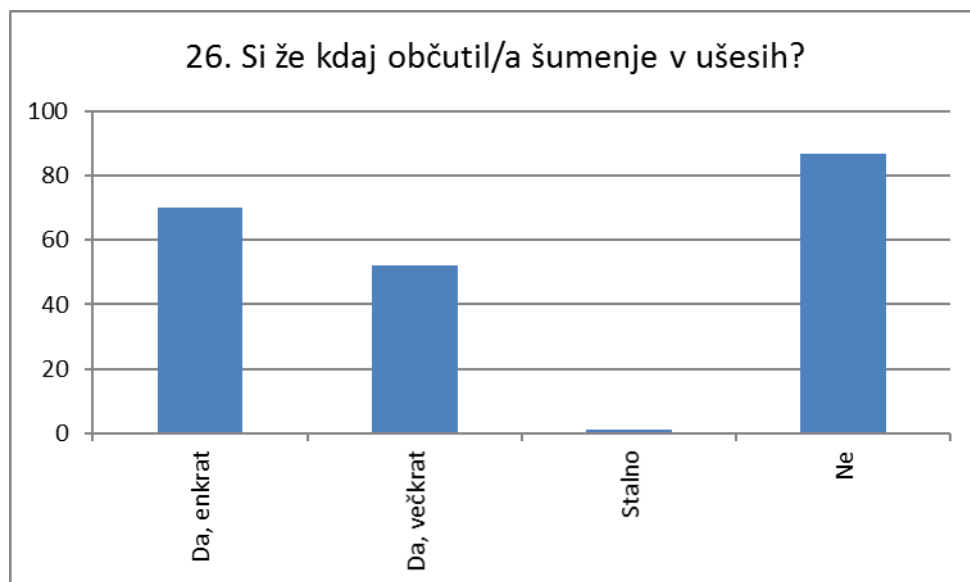


25. Kako pogosto si v PRETEKLIH 7 DNEVIH naravnal/a glasbo na NAJVIŠJO MOŽNO JAKOST, ko si glasbo poslušal/a z uporabo naglavnih/ušesnih slušalk?



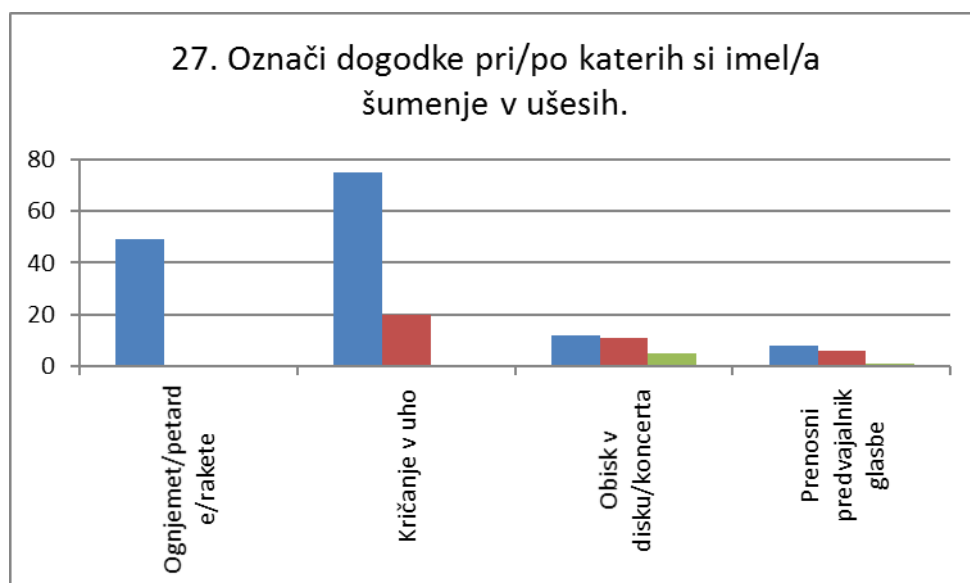
Pri naslednjem sklopu vprašanj nas zanima ali si že kdaj občutil/a šumenje v ušesih in pri kakšnih dogodkih. Šumenje v ušesih je motnja (piskanje, pokanje, bobnenje, šumenje ...), ki jo zaznamo brez zunanjega vira zvoka.

26. Si že kdaj občutil/a šumenje v ušesih?



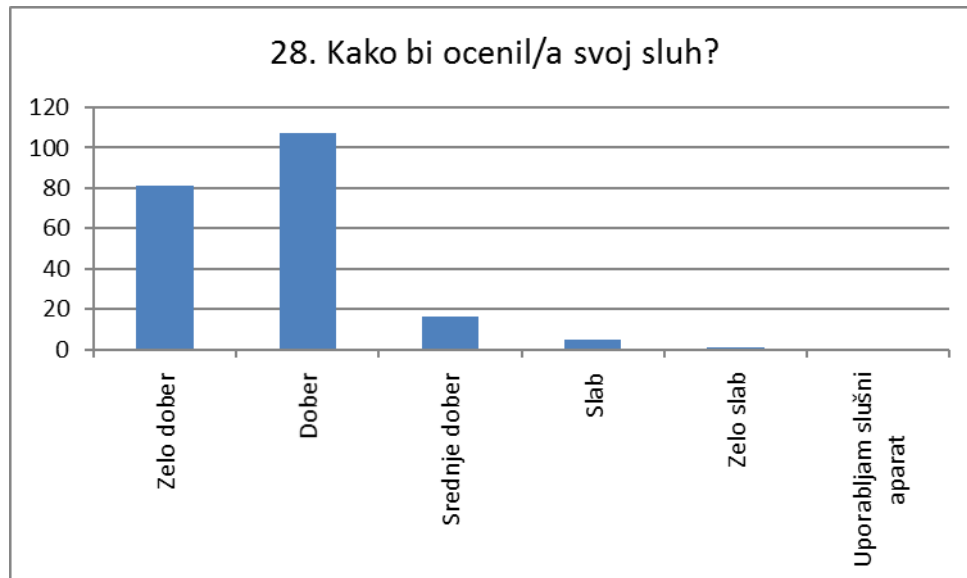
27. Označi dogodke pri/po katerih si imel/a šumenje v ušesih.

Možnih je bilo več odgovorov

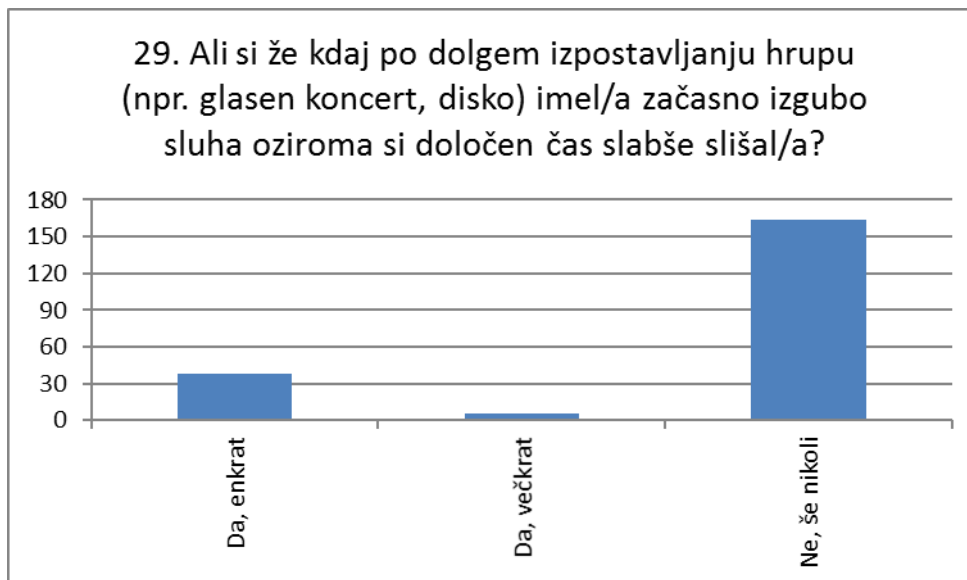


Zadnji sklop vprašanj se nanaša na TVOJ SLUH.

28. Kako bi ocenil/a svoj sluh?



29. Ali si že kdaj po dolgem izpostavljanju hrupu (npr. glasen koncert, disko) imel/a začasno izgubo sluha oziroma si določen čas slabše slišal/a?



Opiši kako si to doživljal/a:

Slabo

Začelo me je boleti uho, v njem sem začutila piskanje

Bilo je tako, kot bi glavo dala v zaprto škatlo in bi vse odmevalo.

Ne vem.

Ker je bilo glasno sem se drla in me je bolelo grlo, tudi slišala sem slabše 5 min, vendar se je to zgodilo enkrat 2 leti nazaj.

Po končanem koncertu sem začasno slabo slišala, vendar se mi je zelo hitro povrnil sluh.

Bilo je zelo čudno in bila sem prestrašena.

Bil je rojstni dan z glasno glasbo. Po zabavi mi je parkrat zašumelo in sem slabše slišala.

Ko je moj prijatelj počil močno petardo in jaz sem bil zraven.

Ko mi je sošolec zakričal na uho. Nekaj časa kot da sem imel zamašeno uho.

Vse je bilo malo manj glasno.

Ob druženju s prijatelji kjer je glasba zelo naglas po ugasnjeni glasbi slišim slabše.

Sem bila na koncertu To celos in so ful ploskali in na koncu ko so še 1x ploskali sem slišala kot da dežuje.

Na levo uho nisem slišala, ko je prijatelj vrgel petardo, ki je spuščala močen hrup.

Po tem hrupu sem slabše slišala in to me je motilo, ampak je vse skupaj trajalo največ 10 min.

Na bencinski črpalki so pumpali kolo in nato je kolo razneslo.

Ko smo odšli na koncert in je bilo tako glasno, da sem po koncertu bolj slabo slišal kakšnih 10 min.

Nisem se dobro počutil.

Slabše sem razumela pogovor (besede)

Bilo je čudno, ampak je hitro minilo.

Stali smo blizu zvočnika, ker je bil zelo naglas. Ko smo se odmaknili sem potem slabše slišal.

Ko smo se z avtom peljali ali bili v vodi sem začasno zelo slabo slišal ali pač sploh jih nisem razumela.

Ni bilo prijetno

Slabše. Nisem mogel slišati kaj naj naredim in kaj so mi govorili.

Dobro, ker imam rad srednje glasno glasbo.

Zaradi rakete, ki je preblizu eksplodirala in je šumelo in sem nato normalno slišal.

Bolj slabo sem slišala, govorila sem bolj malo.

Slišal sem slabše, kot pred tem.

V ušesih mi je šumelo vsaj minuto.

Bil sem na tekmi, kjer je bilo glasno, po tem sem okoli pol ure slišal malenkost manj.

Ko smo bili na šolskem plesu in smo odšli domov sem slabše slišala, ker je bilo na plesu zelo glasno.
(GLASNA GLASBA)

Čudno je bilo, ker sem slabše slišal samega sebe.

Po tekmi mi je zelo piskalo v ušesih.

Na momente se mi zgodi da me neki blokira.

Sem slabše slišala, kot da so ušesa zamašena.

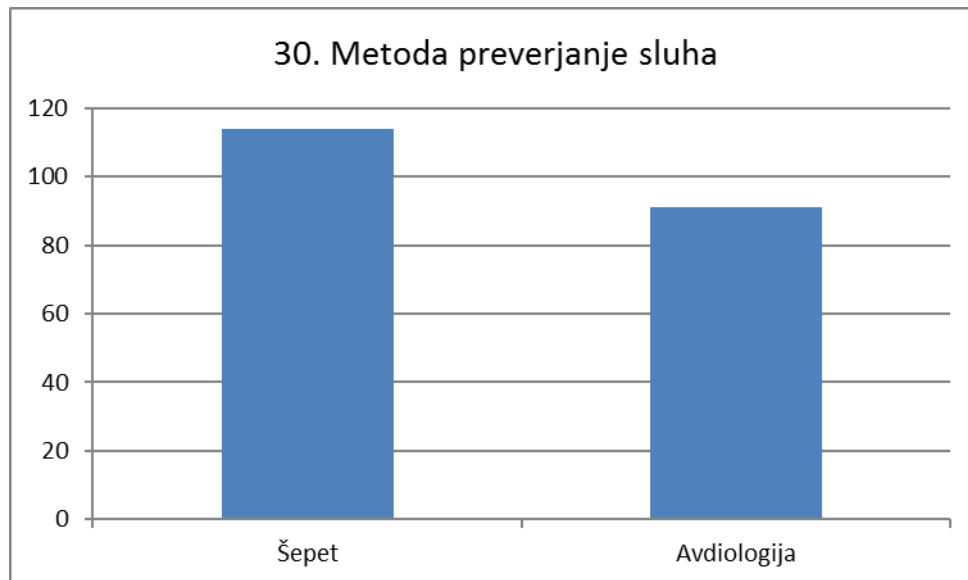
Po koncertu, izven dvorane sem 5 minut slabše slišal.

Takoj po koncertu mi je v ušesih šumelo.

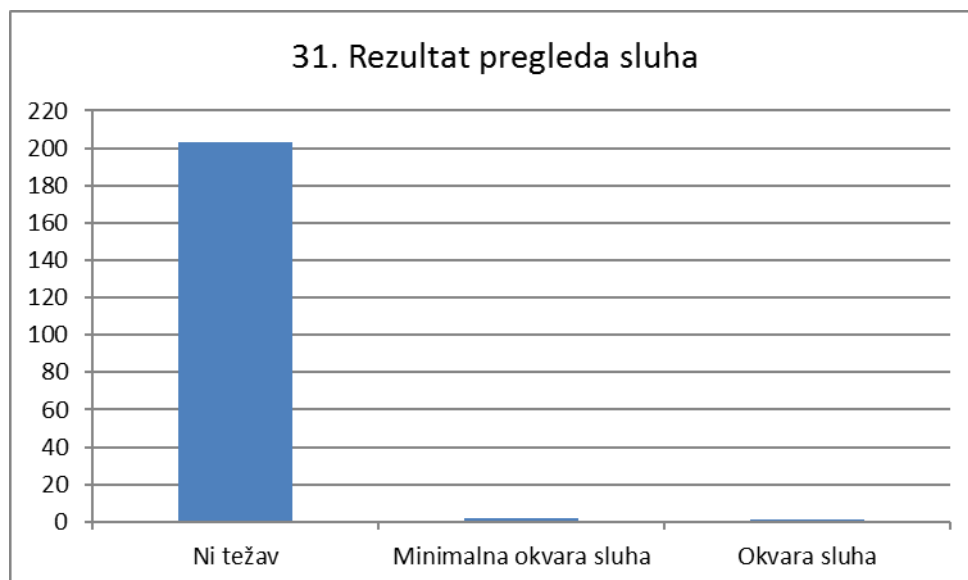
Samo slabše sem slišala, nič kaj takega.

Vprašnji v nadaljevanju izpolni tvoj/a zdravnik/ca.

30. Metoda preverjanje sluha



31. Rezultat pregleda sluha



Vsebino ankete je pripravil Nacionalni inštitut za javno zdravje

© 2018 Nacionalni inštitut za javno zdravje. Pričujoče vsebine so predmet varstva avtorskih in drugih sorodnih pravic ter vseh oblik intelektualne lastnine in so last Nacionalnega inštituta za javno zdravje ali drugih oseb, ki so na Nacionalni inštitut za javno zdravje prenesle pravico njihove uporabe. Vsebin ni dovoljeno uporabljati v komercialne ali kakšne druge pridobitne namene, druga uporaba pa je dovoljena le z navedbo vira.

PRILOGA 2: Protokol izvedbe ankete

NIJZ najprej pripravi vprašalnik, obrazec za starše in vse ostale potrebne dopise. NIJZ nato izbere šole, ki bi pri anketi lahko sodelovale. Šole seznanjeni z namero in izvedejo poizvedbo (telefonsko, osebno ali e-pošta) glede možnosti sodelovanja šole/njihovih učencev pri anketi. Če se šola odzove pozitivno, NIJZ pripravi uradno povabilo za šolo naslovljeno na ravnatelja.

Ko šola uradno potrdi sodelovanje, NIJZ preveri pripravljenost sodelovanja v zdravstvenem domu (ZD), ki izvaja preglede sluha za odgovarjajočo šolo. Ko prejme s strani ZD potrditev glede sodelovanja, pridobi še informacijo o terminih sistematičnega pregleda sluha.

NIJZ seznanjeni šole s strinjanjem ZD in zaprosi šolo za podatek o številu učencev, ki bodo imeli v tekočem šolskem letu pregled sluha. NIJZ natisne primerno število vprašalnikov in obrazcev za starše učencev, ki se morajo z njihovim sodelovanjem pri anketi strinjati. NIJZ pošlje obrazce na šolo, vprašalnike pa v ZD. Gradivo lahko pošlje po pošti ali pa ga dostavi osebno.

Učenci obrazce izročijo staršem in prosijo za odobritev sodelovanja. Podpisane obrazce učenci vrnejo šoli, ki jih hrani za NIJZ. Pri anketi sodelujejo samo učenci, katerih sodelovanje so njihovi starši odobrili.

Sledi obisk učencev v ZD. Osebe ZD učencem v čakalnici razdeli vprašalnike in jih seznanjeni z navodili za izpolnjevanje oziroma odgovarjanje na vprašanja. Učenci izpolnjen vprašalnik oddajo zdravniku/ci ob pregledu. Zdravnik/ca v vprašalnik vnese podatke o metodi preverjanja sluha in o rezultatu preveritve. Izpolnjene vprašalnike hranijo v ZD. NIJZ po zaključenem pregledu sluha v ZD prevzame vse vprašalnike.

Sledi vnos podatkov v Excel preglednico, analiza podatkov in priprava poročila.

NIJZ poskrbi tudi za povratno informacijo šoli in ZD, tako da jim pošlje poročilo in pripravi zgibanke za ozaveščanje mladih, kako naj zaščitijo sluh v primeru izpostavljenosti preglasni glasbi ali drugačnim vrstam hrupa.

Šoli in ZD se NIJZ ob zaključku sodelovanja zahvali.

NIJZ gradiva in poročilo objavi na svoji spletni strani.

PRILOGA 3: Shema protokola za izvedbo ankete

