

CASE: MORTEN

Denne case bygger på kapitel 2 i bogen *Tinnitus, hyperakusis og misofoni – en grundbog om udredning, rådgivning og behandling*. Læs derfor først kapitel 2, og arbejd derefter med casen.

Casebeskrivelse

Morten er i slutningen af 50'erne og arbejder som IT-konsulent i et åbent kontormiljø. Han bor sammen med sin partner og beskriver, at han normalt trives godt socialt og bruger meget af sin fritid på cykelture og gåture i naturen.

For omkring et halvt til et helt år siden begyndte han at opleve, at hverdagens lyde virker mere anstrengende end tidligere – særligt i kantinen på arbejdet, ved større møder, og når han er ude at spise. Han fortæller, at lydene “slår igennem i hovedet”, og at han hurtigt mister overblikket i samtaler, selvom han egentlig hører ordene. Han undgår efterhånden kantinen og vælger ofte at spise alene på kontoret for at få ro.

Morten har haft venstresidig, konstant tinnitus de sidste par år, men oplever, at han er blevet rimelig vant til den. Han synes til gengæld, at lydfølsomheden fylder mere og mere, og angiver moderate gener af lyd (midt på en 0-10-skala), mens tinnitusgenerne opleves som mildere. Ved øre-næse-halslægen er hørelsen målt til at være inden for normalområdet med let dyk omkring 4000 Hz bilateralt og normal talediskrimination. Morten er derfor ikke blevet tilbudt høreapparater, men er blevet henvist til kommunikationscentret med henblik på rådgivning om både sin tinnitus og lydfølsomhed.

I spørgeskemaer om hyperakusis rapporterer han, at høje eller mange lyde kan give ham fysisk ubehag og gøre ham anspændt og irritabel, og at han ofte er nødt til at trække sig fra sociale arrangementer tidligere, end han egentlig har lyst til. Han føler sig dog fortsat i god fysisk form og har ingen kendte alvorlige somatiske lidelser. Psykisk beskriver han sig selv som generelt velfungerende, men bekymret for, om lydfølsomheden vil udvikle sig og begrænse hans arbejdsliv og sociale liv fremover.

Morten bruger ikke ørepropper eller høreværn til daglig, fordi han er usikker på, om det kan “gøre ørerne endnu mere sarte”, men han er begyndt spontant at søge stille steder, fx små mødelokaler, når han skal koncentrere sig. Han håber, at forløbet på kommunikationscentret kan give ham konkrete strategier, så han igen kan deltage mere afslappet i aktiviteter.

Refleksionsspørgsmål

Forestil dig, at du skal hjælpe Morten videre med hans hyperakusis. Reflekter over følgende spørgsmål:

1. Hvilke yderligere oplysninger har du brug for i udredningen af Mortens hyperakusis (fx audiologiske målinger, selvrapporteringsskemaer, ICF-perspektiver mv.)?
2. Hvordan kan du forklare Morten, at man kan have generende hyperakusis, selvom alle objektive målinger er normale, og hvorfor kan denne viden være hjælpsom i sig selv?

3. Hvilke konkrete strategier/ændringer i hverdagen og på arbejdspladsen kunne du foreslå (fx lyd-miljø, gradvis lydeksponering eller brug af høreværn i udvalgte situationer)?
4. Hvordan vil du arbejde med Mortens bekymring for fremtidig forværring og hans tendens til at trække sig fra sociale situationer?
5. Hvilke behandlingsmetoder vil du prioritere i et forløb med Morten, og hvordan vil du planlægge forløbets længde og opfølgning?