

## Mijn Overzicht

### Keuzehulp Plotsdoof- Mijn Overzicht

Dit is uw persoonlijke informatie overzicht over plotseling gehoorverlies. Het overzicht bevat extra informatie die nog niet is weergegeven in de Keuzehulp die u heeft gebruikt.

De informatie kan u helpen bij het overzien van uw mogelijkheden en het maken van keuzes hierin. Ook kunt u de informatie gebruiken in de gesprekken met uw arts en andere zorgverleners. De informatie is ondersteunend en is nadrukkelijk niet bedoeld om die gesprekken te vervangen.

---

## 1. Ik hoor ineens niets meer, of veel minder... Ik moet meteen naar de huisarts!



Wanneer u met één oor of twee oren plotseling veel minder hoort, of zelfs helemaal niets, is het **belangrijk dat u direct naar de huisarts gaat. Ook is het belangrijk dat de huisarts u direct doorverwijst naar een KNO-arts** (Keel-, Neus-, en Oorarts). De KNO-arts kan nader onderzoek doen naar het keel-, neus- en oorgebied, kan een gehooronderzoek laten doen en zo nodig een MRI- of CT-scan.

**Waarom de haast?** Omdat medicatie die het gehoorprobleem mogelijk kan verhelpen alleen werkt als hiermee snel, **uiterlijk binnen 14 dagen** – gestart wordt. Denk dus niet dat u het beter eerst een tijdje kunt aankijken, maar onderneem direct actie!

Als iemand opeens weinig of niets meer hoort, heeft dat soms een aanwijsbare oorzaak. Denk bijvoorbeeld aan een verstopt oor, gescheurd trommelvlies of oorontsteking, of aan een ongeluk of hersenvliesontsteking. Ook een brughoektumor kan leiden tot plotseling en ernstig gehoorverlies. Meer informatie:

- [www.kno.nl/index.php/patienten-informatie/oor/plotselinge-dootheid](http://www.kno.nl/index.php/patienten-informatie/oor/plotselinge-dootheid)
- [www.kno.nl/index.php/patienten-informatie/oor/brughoektumor](http://www.kno.nl/index.php/patienten-informatie/oor/brughoektumor)
- [www.stichtinghoormij.nl/nl-nl/brughoektumor](http://www.stichtinghoormij.nl/nl-nl/brughoektumor)

Meestal – bij 90 procent van de mensen – wordt er geen oorzaak gevonden voor het gehoorverlies. Dan noemen we het **onverklaarde plotselinge doofheid (OPD)**; een beetje verwarrend, want ook **plotselinge slechthoendheid** valt hieronder. Artsen gebruiken vaak de Engelse term ‘*sudden deafness*’.

Bij onverklaarde plotselinge doofheid hoor je opeens veel minder of niets meer, met één of twee oren. Meestal verdwijnt het gehoor binnen enkele seconden tot minuten, soms binnen enkele dagen. Het geluid dat je nog wel hoort kan dof, blikkeriger of vervormd klinken. Vaak is er ook sprake van geluiden in het oor die niet van buiten komen, oftewel tinnitus of oorsuizen. Onverklaarde plotselinge doofheid komt het vaakst voor bij volwassenen tussen de 30 en 60 jaar.

Bij onverklaarde plotselinge doofheid kunnen medicijnen soms helpen. Het gaat hierbij om **ontstekingsremmende medicijnen**, zoals prednison. Het is belangrijk om hiermee zo snel mogelijk – binnen vijf dagen na het ontstaan van de klachten – te beginnen. Alleen dan kan het mogelijk helpen.

De kans op herstel – met of zonder medicatie – is het grootst in de eerste weken na het begin van het gehoorverlies. Na drie tot zes maanden is over het algemeen geen verdere verbetering van het gehoor meer te verwachten. In hoeverre het gehoor verbetert, hangt ook af van de ernst van het gehoorverlies. Is een oor direct helemaal doof, dan zijn de kansen op herstel klein. Is er nog wel gehoor over, dan zijn de vooruitzichten beter.

Bron: [thuisarts.nl](https://thuisarts.nl)

Meer informatie:

- [stichtingplotsdoven.nl](https://stichtingplotsdoven.nl)

Tips:

- Als u naar de huisarts of KNO-arts gaat, neem dan **iemand** mee die met u kan meedenken, -luisteren en -praten.
- Neem **pen en papier** mee, zodat de arts of uw begeleider zo nodig dingen kan opschrijven voor u.
- Hoort u niets of bijna niets meer? Neem dan een **schrijftolk** mee. De tolk typt alles wat anderen zeggen mee op een laptop of tablet, zodat u toch kunt volgen wat er gezegd wordt. U kunt hiervoor contact opnemen met Tolkcontact. Omdat het om een **spoedgeval** gaat, kan dat via een telefoontje of sms met het nummer **06 3080 4715**. Vraag uw huisarts tijdens het consult om op schrift te stellen dat u plotsdoof bent, dan kunt u de tolkuren vergoed krijgen vanuit de Wmo. Kijk voor informatie op [tolkcontact.nl](https://tolkcontact.nl).
- Bedenk voor het bezoek aan de arts wat u graag wilt weten, en **noteer uw vragen**. U kunt bijvoorbeeld vragen naar mogelijke oorzaken van uw gehoorverlies, naar onderzoeks- en behandelmogelijkheden. Het kan ook goed zijn om vragen te stellen over de medicijnen die u krijgt: wat zijn mogelijke bijwerkingen; mochten de medicijnen aanslaan, hoe snel kunt u dan een verbetering verwachten?
- Als blijkt dat er geen sprake is van plotsdoofheid, maar van geleidelijk gehoorverlies over een langere periode, kijk dan op [www.stichtinghoormij.nl](https://www.stichtinghoormij.nl) voor informatie, tips en ondersteuning.

---

## 2. Ik hoor weer gewoon; wat nu?



Als u weer goed hoort, is controle in principe niet nodig. Blijf wel alert op uw gehoor, op duizeligheidsklachten, tinnitus (oorsuizen). Wanneer u hier last van krijgt, ga dan terug naar de huisarts of KNO-arts. Waar u extra aandacht aan kunt geven, is de **bescherming van uw gehoor**.

Hard geluid kan leiden tot gehoorbeschadiging, dus vermijd zo mogelijk lawaaïge omstandigheden. Is dat niet mogelijk? Dan kunt u oordoppen gebruiken om uw gehoor te beschermen. Er zijn standaarddoppen (verkrijgbaar bij drogist of audicien) en op maat gemaakte doppen (verkrijgbaar bij de audicien). Sommige oordoppen sluiten

de gehoorgang geheel af; andere laten deels geluid door. Oordoppen zijn verkrijgbaar in harde en zachte materialen en in veel verschillende uitvoeringen. Arbodetgeving verplicht werkgevers vaak om hun medewerkers te beschermen tegen lawaai. Meer informatie:

- [hoorstichting.nl/info-advies/werken-in-lawaaai/](https://hoorstichting.nl/info-advies/werken-in-lawaaai/)
- [hoorstichting.nl/info-advies/uitgaan/oordoppen/](https://hoorstichting.nl/info-advies/uitgaan/oordoppen/)
- [hoorstichting.nl/info-advies/muziek-luisteren/](https://hoorstichting.nl/info-advies/muziek-luisteren/)

---

### 3. Ik heb blijvend gehoorverlies; wat nu?



Is na medisch onderzoek duidelijk dat u **blijvend gehoorverlies** hebt? Dan is de eerste vraag of u voldoende kunt horen om het zonder hoorapparatuur te doen, en of u ook verder geen ondersteuning nodig hebt. Is dat het geval, dan hoeft u geen volgende stappen te zetten. Houd wel uw gehoor extra goed in de gaten. Lees hieronder hoe u dit kunt doen.

Hoort u zo slecht dat wellicht **gehoorondersteuning of hulp** zinvol is? Doorloop dan deze Keuzehulp voor meer informatie. U hoeft uiteraard geen gebruik te maken van de mogelijkheden die er zijn, het kan best zijn dat u voorlopig even niets wilt doen. Misschien heeft u eerst tijd nodig om te wennen aan de nieuwe situatie. Neem die tijd dan vooral en doe wat voor u goed voelt.

Als u plotseling minder bent gaan horen, is het ook belangrijk om uw gehoor extra goed in de gaten te houden. Blijf alert op nieuw gehoorverlies, op duizeligheidsklachten en oorsuizen. Wanneer u hier last van krijgt, ga dan terug naar de huisarts of KNO-arts.

Waar u ook extra aandacht aan kunt geven, is de **bescherming van uw gehoor**. Hard geluid kan leiden tot gehoorbeschadiging, dus vermijd zo mogelijk lawaaiige omstandigheden. Is dat niet mogelijk? Dan kunt u oordoppen gebruiken om uw gehoor te beschermen. Er zijn standaarddoppen (verkrijgbaar bij drogist of audicien) en op maat gemaakte doppen (verkrijgbaar bij de audicien). Sommige oordoppen sluiten de gehoorgang geheel af; andere laten deels geluid door. Oordoppen zijn verkrijgbaar in harde en zachte materialen en in veel verschillende uitvoeringen. Arbodetgeving verplicht werkgevers vaak om hun medewerkers te beschermen tegen lawaai. Meer informatie:

- [hoorstichting.nl/info-advies/werken-in-lawaaai/](https://hoorstichting.nl/info-advies/werken-in-lawaaai/)
- [hoorstichting.nl/info-advies/uitgaan/oordoppen/](https://hoorstichting.nl/info-advies/uitgaan/oordoppen/)
- [hoorstichting.nl/info-advies/muziek-luisteren/](https://hoorstichting.nl/info-advies/muziek-luisteren/)

## 4. Ik heb blijvend gehoorverlies; welke communicatiemiddelen zijn er voor mij?



Als u veel minder bent gaan horen, zijn goede hulpmiddelen van groot belang. Ze maken het mogelijk om in het dagelijks leven beter te functioneren. De KNO-arts zal u voor hulpmiddelen waarschijnlijk doorsturen naar een **audiologisch centrum**. Doet de arts dit niet, vraag dan om een verwijzing.

Het is belangrijk dat u zich bij **plotseling** gehoorverlies door uw KNO-arts of huisarts laat verwijzen naar een **audiologisch centrum**. Misschien overweegt u naar een audicien bij u in de buurt te gaan. Uw gehoorprobleem is echter vaak complex en vereist nauwgezet en uitgebreid onderzoek, om de mate en aard van uw gehoorverlies vast te stellen. Dit is precies waarin audiologen in het audiologisch centrum gespecialiseerd zijn. Ze geven ook onafhankelijk en deskundig advies over hulpmiddelen. In ons land zijn 51 audiologische centra. Ook bij de Hoorinfotheek kunt u terecht voor onafhankelijk advies over hoorhulpmiddelen en voorzieningen.

Kijk voor meer informatie op:

- [fenac.nl](http://fenac.nl)
- [www.hoorwijzer.nl/zoek-en-kies/audiologische-centra.html](http://www.hoorwijzer.nl/zoek-en-kies/audiologische-centra.html)
- [pento.nl/over-pento/kosten-en-vergoedingen/audiologisch-centrum](http://pento.nl/over-pento/kosten-en-vergoedingen/audiologisch-centrum)
- [www.hoorinfotheek.nl](http://www.hoorinfotheek.nl)

---

**Hoorapparatuur** stelt u in staat om toch zo goed mogelijk te horen.

Wanneer u hoorapparatuur krijgt aangemeten, is het belangrijk dat u erover nagedacht heeft of u ook **ringleiding** of andere aanvullende hulpmiddelen zoals **solo-apparatuur** (zie hieronder) wilt gaan gebruiken. Het is belangrijk dat u dit vast aangeeft. **Ringleidingsystemen** zijn vaak aangelegd in openbare ruimtes zoals theaters en helpen om het geluid zonder achtergrondruis te ontvangen. Dit maakt het luisteren comfortabeler en minder inspannend. Let op: op de meeste moderne hoortoestellen kan een T-stand worden ingeprogrammeerd, maar op sommige niet. Deze T-stand heeft u nodig om ringleiding of andere aanvullende hulpmiddelen, zoals tv-hulpen en telefonie, te kunnen gebruiken. Bij sommige hoortoestellen zijn streamers te gebruiken die het geluid van telefoon, tv, muziek of gesprek direct naar het hoortoestel sturen zonder achtergrondruis. Vraag ernaar bij uw audioloog en audicien.

### Voldoende restgehoor

Als u voldoende restgehoor over hebt, is een goed afgesteld, krachtig **hoortoestel** meestal een goede optie. Bij gehoorverlies aan twee oren krijgt u twee hoortoestellen. Hoortoestellen worden voorgeschreven door de audioloog, maar de aanschaf gebeurt via een audicien.

Een hoortoestel maakt het mogelijk om weer zoveel mogelijk te horen en dus ook makkelijker te communiceren. Maar dat gaat niet helemaal vanzelf. Het kost tijd om te zoeken naar het voor u meest prettige hoortoestel. Het geluid kan per merk verschillen en wat voor u geschikt is hangt ook af van uw leefstijl. Bent u vaak in een drukke omgeving, luistert u graag naar muziek, telefoneert u veel? Waar u uiteindelijk voor kiest is erg afhankelijk van uw persoonlijke voorkeur. Neem tijdens de proefperiode dan ook rustig de tijd om te ervaren wat voor u prettig is. Ook zult in het begin regelmatig naar de audicien gaan om het toestel optimaal af te regelen. Tenslotte is het belangrijk dat u de tijd neemt om te wennen aan uw nieuwe hoortoestel, uw hersenen moeten wennen aan het nieuwe geluid en het vraagt best doorzetten om hiermee om te leren gaan.

Een hoortoestel kan een heel goed hulpmiddel zijn, maar zal niet onder alle omstandigheden even goed werken. Bijvoorbeeld op feestjes en bij drukke vergaderingen kan communiceren lastig blijven.

Meer informatie:

- [www.hoorwijzer.nl](http://www.hoorwijzer.nl) (via deze site kunt u een audicien in uw omgeving zoeken)
- [hoorwijzer.nl/hoorhulpmiddelen/hoortoestellen.html](http://hoorwijzer.nl/hoorhulpmiddelen/hoortoestellen.html)
- [hoorwijzer.nl/vergoedingen.html](http://hoorwijzer.nl/vergoedingen.html)
- [www.hoorwijzer.nl/hoorhulpmiddelen/technische-hoorhulpmiddelen/ringleiding\\_infrarood\\_fm-etc.html](http://www.hoorwijzer.nl/hoorhulpmiddelen/technische-hoorhulpmiddelen/ringleiding_infrarood_fm-etc.html)
- [oorakel.nl/Hulpmiddelen-80.html](http://oorakel.nl/Hulpmiddelen-80.html)

## Onvoldoende restgehoor

Hoort u niets of vrijwel niets met uw aangedane oor, dan is een gewoon hoortoestel geen oplossing. Bespreek met uw audioloog in het audiologisch centrum wat voor u de beste mogelijkheid is.

Wellicht is een **CROS-hoortoestel** iets voor u. CROS staat voor *contralateral routing of sound/signals*. Soms wordt er nog een S van *system* achter gezet. Een CROS-hoortoestel neemt het geluid aan de dove kant op met een klein microfoontje. Het geluid wordt doorgegeven aan het goede oor, via een hoortoestel aan die kant. Met een CROS-toestel kunt u dus geluiden aan de kant van uw dove oor waarnemen. U kunt meestal niet horen uit welke richting het geluid komt.

Een andere mogelijkheid bij weinig of geen restgehoor oor is een zogeheten **botverankerd hoortoestel**. Deze toestellen zijn bekend onder de merknamen BAHa en Ponto. Artsen spreken ook wel over *bone conduction devices* of BCD. Een botverankerd hoorapparaat leidt het geluid door middel van geluidstrillingen door de schedel vanaf de zijde met het gehoorverlies naar het goede oor. Het apparaatje wordt operatief aangebracht.

Meer informatie:

- [www.single-sided-deafness.com/](http://www.single-sided-deafness.com/)
- [kno.nl/index.php/patienten-informatie/oor/bcd/](http://kno.nl/index.php/patienten-informatie/oor/bcd/)

## Gehoorverlies aan twee oren

Hoort u met één oor niets meer en bent u aan het andere oor slechthorend, dan is misschien een **BICROS-toestel** een oplossing. Zo'n toestel werkt net als een CROS-toestel, maar versterkt ook het geluid dat wordt opgevangen aan de dove kant. Dat geluid wordt dus versterkt aangeboden in het slechthorende oor.

Soms lukt het, ondanks krachtige hoortoestellen, niet om voldoende te kunnen communiceren. Dan kan een **cochleair implantaat (CI)** een optie zijn. Als u deze optie overweegt, is het raadzaam om gebruik te maken van onze **speciale keuzehulp voor CI**. Uw huisarts, KNO-arts of audioloog kan u verwijzen naar een CI-team. Het CI-team kan vervolgens onderzoeken of een cochleair implantaat voor u een oplossing is. Meer informatie:

- [www.CIKeuzehulp.nl](http://www.CIKeuzehulp.nl)

Behalve hoorapparatuur zijn er ook **andere hulpmiddelen** om het gehoor te ondersteunen. Lees hieronder verder als u meer wilt weten.

**Solo apparatuur** is extra, losse apparatuur die bestaat uit een zender en ontvanger. De zender kan op het lichaam van de spreker worden gedragen of bijvoorbeeld op een tafel worden geplaatst. De ontvanger draagt u bij zich, zit ingebouwd in uw hoortoestel, of is hier aan vast te klikken. Solo-apparatuur kan worden gebruikt met of zonder hoortoestel. In het laatste geval wordt een koptelefoon, of worden oordopjes gebruikt om het geluid op te vangen. Verstaan in rumoer of op afstand wordt hierdoor makkelijker.

U kunt solo apparatuur ook koppelen aan uw (smart)telefoon om gemakkelijker te kunnen telefoneren. Vraag uw audioloog of audicien naar de mogelijkheden.

Meer informatie:

- [hoorinfotheek.nl](http://hoorinfotheek.nl)
- [www.ggmd.nl/aanbod/hulpmiddelen-en-voorzieningen/](http://www.ggmd.nl/aanbod/hulpmiddelen-en-voorzieningen/)
- [oorakel.nl/Hulpmiddelen-80.html](http://oorakel.nl/Hulpmiddelen-80.html)

Gebruik van een tablet of smartphone voor **spraakherkenning**. Met speciale programmatuur wordt spraak omgezet in tekst. Eventueel te gebruiken met een losse bluetooth headset. Er moet wel rustig en goed gearticuleerd gesproken worden. Let op: meestal moet u hiervoor eerst een stemprofiel aanmaken.

Meer informatie:

- [www.ggmd.nl/aanbod/hulpmiddelen-en-voorzieningen/](http://www.ggmd.nl/aanbod/hulpmiddelen-en-voorzieningen/)

**Telefoneren met behulp van beeld of tekst.** Als telefoneren lastig is en u wilt toch bellen, dan kunt u gebruikmaken van een landelijke beeld- en tekstbemiddelingsdienst. U kunt zelf kiezen hoe u een gesprek wilt voeren; via gebaren(taal), real-time tekst (RTT: terwijl de ene persoon typt, verschijnen de letters bij de andere persoon meteen in beeld), of spraak en spraakafzien. U kunt een computer, smartphone of tablet met internetverbinding gebruiken. Dit is mogelijk door zogenoemde Total Conversation software, dat internationaal is geaccepteerd als dé standaard voor het voeren van gesprekken met beeld, geluid en tekst. Meer informatie:

- [www.kwaliteitleetolk.nl/wat-is-total-conversation](http://www.kwaliteitleetolk.nl/wat-is-total-conversation)
- [www.kpnteleetolk.nl](http://www.kpnteleetolk.nl)

In Nederland zijn meerdere leveranciers van Total Conversation software:

- [www.djanah.com/nl-NL](http://www.djanah.com/nl-NL) (gratis, u moet wel een account aanvragen)
- [www.signcall.nl](http://www.signcall.nl) (vergoeding via zorgverzekeraar mogelijk)

Er zijn allerlei geluiden in huis die belangrijk zijn om te horen. Denk bijvoorbeeld aan de deur- of telefoonbel, een wekker of brandalarm. Als u moeite heeft om deze geluiden te horen, kunt u gebruikmaken van **wek- en waarschuwingssystemen**. Deze systemen maken geluiden zichtbaar of voelbaar, zodat ze niet meer ongemerkt aan u voorbijgaan. Meer informatie:

- [stichtingplotsdoven.nl/ned/waarschuwingssystemen.php](http://stichtingplotsdoven.nl/ned/waarschuwingssystemen.php)
- [hoorinfotheek.nl](http://hoorinfotheek.nl)

In plaats van wek- en waarschuwingssystemen maken mensen soms gebruik van een signaalhond. Deze honden zijn speciaal opgeleid om hun eigenaar te attenderen op geluiden. Een groot voordeel is dat de hond ook kan waarschuwen voor geluiden buitenshuis die mogelijk van belang zijn. Meer informatie:

- [www.stichtingplotsdoven.nl/ned/signaalhonden.php](http://www.stichtingplotsdoven.nl/ned/signaalhonden.php)

Wat eenvoudig is en overal en altijd kan, is mensen vragen om iets voor u op te schrijven. **Pen en papier** kan zo ook een hulpmiddel zijn. Natuurlijk is hiermee alleen heel beperkte communicatie mogelijk.

Ook het gebruik van **e-mail** is natuurlijk een praktisch hulpmiddel.

Iedereen die slechter hoort gaat automatisch kijken naar de mond van degene die praat, om zo beter te kunnen volgen wat er gezegd wordt. Maar dit **spraakafzien**, in de volksmond 'liplezen', is niet eenvoudig. Er zijn cursussen om het beter te leren. Als u goed kunt spraakafzien is dat heel handig in de dagelijkse communicatie en kan het ervoor zorgen dat u minder snel vermoeid raakt. Meer informatie:

- [www.ggmd.nl/aanbod/communicatie](http://www.ggmd.nl/aanbod/communicatie)

Als u ondanks goede apparatuur of andere hulpmiddelen toch vaak te weinig hoort om te verstaan wat anderen zeggen, wordt de communicatie een stuk moeilijker. En dat terwijl communicatie juist zo ontzettend belangrijk is. Gelukkig zijn er wel wat oplossingen.

## Extra informatie hulpmiddelen

Er zijn manieren om toch te kunnen communiceren als het via het luisteren naar spraak niet lukt:

- Nederlands met ondersteunende gebaren (NMG)
- Nederlandse Gebarentaal (NGT)
- Gebruik van een tolk

Bij **Nederlands met ondersteunende gebaren** (NMG) worden gebaren uit de Nederlandse Gebarentaal gebruikt

om het gesproken Nederlands te ondersteunen. Dat kan helpen om te volgen wat gezegd wordt. U kunt NMG

leren op een cursus. Het is de bedoeling dat mensen met wie u veel te maken heeft het ook leren, zodat u met hen makkelijker kunt communiceren. GGMD geeft cursussen op maat. Meer informatie:

- [www.ggmd.nl/aanbod/trainingen/](http://www.ggmd.nl/aanbod/trainingen/)

**Nederlandse Gebarentaal** (NGT) is een volwaardige taal, met een eigen grammatica en woordenschat. Mensen die op latere leeftijd plotseling doof worden, zullen doorgaans gebruikmaken van NMG en niet van NGT. Losse gebaren leren is veel eenvoudiger dan een heel nieuwe taal leren. Meer informatie:

- [www.gebarencentrum.nl/workshops/cursussen-ngt-nmg/](http://www.gebarencentrum.nl/workshops/cursussen-ngt-nmg/)

Verder zijn er verschillende soorten **tolken** waar u gebruik van kunt maken:

- Een **schrijftolk** typt alles wat gezegd wordt mee op een laptop of tablet
- Als u inmiddels Nederlands met ondersteunende gebaren beheerst, kunt u gebruikmaken van een **gebarentolk**
- Een schrijf- of gebarentolk **op afstand**

Meer informatie:

- [www.tolknet.nl](http://www.tolknet.nl)
- [www.tolkcontact.nl](http://www.tolkcontact.nl)
- [www.kwaliteitteletolk.nl/teletolken/tolken-op-afstand](http://www.kwaliteitteletolk.nl/teletolken/tolken-op-afstand)

In Nederland kennen we **drie soorten tolkuren**: leefuren (privé situaties), werkuren en onderwijsuren. Ze vallen onder drie speciale regelingen:

**Leefuren** (privé situaties), meer informatie:

- [vng.nl/files/vng/20141212\\_landelijke-regeling-tolkdiensten.pdf](http://vng.nl/files/vng/20141212_landelijke-regeling-tolkdiensten.pdf)
- [tolkcontact.nl/tolkvoorziening/tolkuren-aanvragen](http://tolkcontact.nl/tolkvoorziening/tolkuren-aanvragen)

**Werkuren**, meer informatie:

- [uwv.nl/particulieren/voorzieningen/voorzieningen-werk/detail/dienstverlening-voor-doven-blinden-of-motorisch-gehandicapten](http://uwv.nl/particulieren/voorzieningen/voorzieningen-werk/detail/dienstverlening-voor-doven-blinden-of-motorisch-gehandicapten)
- [www.tolknet.nl](http://www.tolknet.nl)

**Onderwijsuren**, meer informatie:

- [www.uwv.nl/particulieren/formulieren/aanvragen-ondersteuning-bij-het-volgen-van-onderwijs.aspx](http://www.uwv.nl/particulieren/formulieren/aanvragen-ondersteuning-bij-het-volgen-van-onderwijs.aspx)
- [www.tolknet.nl](http://www.tolknet.nl)

Tenslotte zijn er zijn ook **aparte regelingen** voor asielzoekers, werkzoekenden en zzp-ers. Meer informatie:

- [www.tolknet.nl/vergoeding/](http://www.tolknet.nl/vergoeding/)

Uitleg over leefuren, werkuren en onderwijsuren is ook te vinden via:

- [www.rijksoverheid.nl/documenten/videos/2016/04/21/tolkvoorziening](http://www.rijksoverheid.nl/documenten/videos/2016/04/21/tolkvoorziening)

---

## 5. Ik heb blijvend gehoorverlies; welke hulp is er voor mij?





U hoort plotseling veel slechter, en dat brengt allerlei veranderingen met zich mee. U komt terecht in het medische circuit, u moet zich ineens zien te redden zonder een goed werkend gehoor, en daarbij is het ook de vraag: hoe nu verder? Zeker als het gehoorverlies groot is, zult u ingesteld moeten raken op een heel ander leven. Het kan zinvol zijn om hierbij **psychische of praktische ondersteuning** te zoeken.

Bij de **audiologische centra** werken gespecialiseerde maatschappelijk werkers die **professionele begeleiding** kunnen bieden. Bij **GGMD** werken specialisten gehoorverlies waaronder psychologen die u verder kunnen helpen. Het prettige is dat deze hulpverleners goed op de hoogte zijn van de problemen die plotselinge doof- of slechthorendheid met zich kan meebrengen. Zij kunnen u ondersteunen met **individuele gesprekken**, of met **trainingen** waarbij u beter leert om te gaan met gehoorverlies. Bij GGMD is ook het Nederlands Centrum voor Plots- en Laatdoofheid (NC PLD) ondergebracht. Het NC PLD helpt bij het vinden van goede zorg, hulpverlening en informatie voor plots- en laatdoven en hun naasten.

Bij **Pro Persona de Riethorst**, een landelijk gespecialiseerd centrum voor psychische hulpverlening aan doven en slechthorenden kunt u ook terecht voor behandeling van psychische klachten. Er zijn verschillende behandelingen mogelijk, van **groepsbehandelingen tot kortdurende opname in een van de klinieken**.

Meer informatie:

- [www.ggmd.nl/voor-wie/plots-en-laatdoven](http://www.ggmd.nl/voor-wie/plots-en-laatdoven)
- [www.propersona.nl/riethorst/volwassenen/](http://www.propersona.nl/riethorst/volwassenen/)
- [www.ggzds.nl/](http://www.ggzds.nl/)

Ook **lotgenotencontact** kan nuttig zijn. Het kan helpen om te praten met mensen die weten wat u meemaakt en om ervaringen te delen. Door tips uit te wisselen, kunt u elkaar helpen het dagelijks leven handiger in te richten. Stichting Plots- en Laatdoven heeft in veel regio's contactpersonen die op korte termijn voor een gesprek bij u kunnen langskomen of die bezocht kunnen worden.

Meer informatie:

- [stichtingplotsdoven.nl/ned/contactpersonen.php](http://stichtingplotsdoven.nl/ned/contactpersonen.php)
- [www.ervaringrijk.nl](http://www.ervaringrijk.nl)

Mensen die werken, krijgen door het plotselinge gehoorverlies vaak **problemen op het werk**. Dan kan gerichte ondersteuning helpen. Het kan daarbij zowel gaan om praktische vragen – hoe kan ik nog telefoneren of vergaderen, moet mijn werkplek worden aangepast? – als om psychosociale vragen – wat doe ik als het pauze is, hoe hou ik de verstandhouding met collega's goed?

Meer informatie:

- [ggmd.nl/loopbaanbegeleiding](http://ggmd.nl/loopbaanbegeleiding)
- [www.werkpad.nl](http://www.werkpad.nl)