




WIDEX **ZEN TERAPI**

Introduktion

WIDEX[®]
HIGH DEFINITION HEARING



TINNITUS HAR
MANGE **ANSIGTER**



Widex Zen Terapi indeholder systematiske retningslinier, som audiologer og tilpassere kan bruge til behandling af tinnitus ved hjælp af Widex høreapparater med Zen-teknologi. Widex Zen Terapi er unik, da det er et integreret program, som er rettet mod både det auditive, det opmærksomhedsmæssige og det følelsesmæssige aspekt af tinnitus.

Widex Zen Terapi indeholder forskellige komponenter, som kan kombineres alt efter den enkeltes behov. Mennesker, som har minimale eller ingen negative reaktioner på tinnitus, har muligvis ikke behov for samtlige komponenter i Widex Zen Terapi.

Widex Zen Terapi oversigten sammenfatter de vigtigste elementer i Widex Zen Terapi i en brugervenlig guide. Sammen med denne oversigt har Widex udviklet en række forskellige elementer og nyttige værktøjer dedikeret til klientpleje.

HVAD ER WIDEX **ZEN TERAPI?**



FORSTÅESES PROCES

Opnå viden om den tinnitusramte

Før du begynder at integrere komponenterne i Widex Zen Terapi, er det vigtigt, at du forstår den tinnitusramtes historik, behov, frygt og forventninger, så du kan gøre terapien personlig. Det første skridt i denne proces er at formidle WZT-spørgeskemaerne og måle et audiogram.

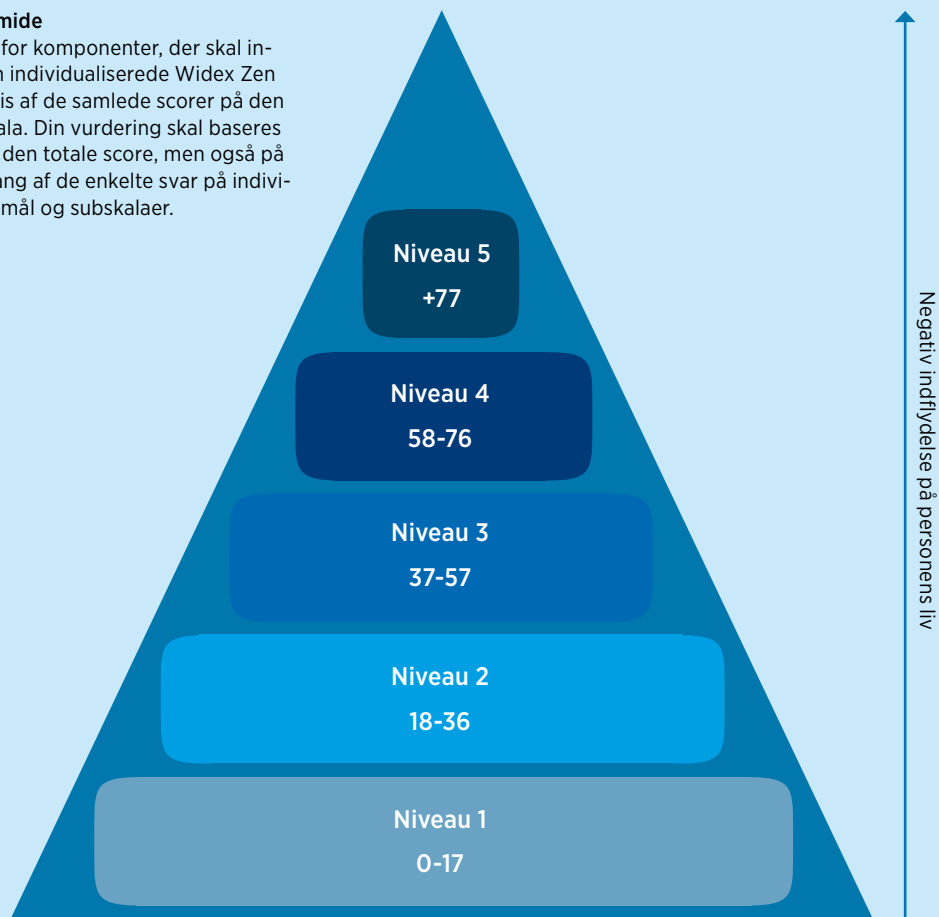
FORLØB AF UDREDNING	BESKRIVELSE
WZT-spørgeskema	Indsamling af oplysninger om: <ul style="list-style-type: none">• Tinnitus & sygdomsforløb• Tidligere behandlinger• Livsstil• Reaktion på tinnitus
Subjektive tinnitus-skalaer <ul style="list-style-type: none">• TFI-skema (Tinnitus Functional Index)• TRQ-skema (Tinnitus Reaction Questionnaire)• THI-skema (Tinnitus Handicap Inventory)• THQ-skema (Tinnitus Handicap Questionnaire)	Designet til: <ul style="list-style-type: none">• Etablering af en basisscore• Tinnitus' indflydelse på den pågældende persons livskvalitet• Udviklingsforløb
Audiologisk evaluering	Metoder: <ul style="list-style-type: none">• Audiometri• Mulige årsager til tinnitus
Indledende samtale	Dialog med patienten for at sikre, at du har alle de oplysninger, du skal bruge til at udarbejde en behandlingsplan.

YDERLIGERE OPLYSNINGER

- PDF-dokument
- WZT-manual (side 61-77)

Tinnituspyramide

Retningslinje for komponenter, der skal integreres i den individualiserede Widex Zen Terapi på basis af de samlede scorer på den subjektive skala. Din vurdering skal baseres ikke alene på den totale score, men også på en gennemgang af de enkelte svar på individuelle spørgsmål og subskalaer.



- Niveau 5: Katastrofepræget reaktion på tinnitus med eller uden høretab**
Vejledende og tilvænningsbaseret rådgivning, kognitiv adfærdsterapi, forstærkning/undgåelse af stilhed, Zen hele dagen, afslapningsøvelser 2-3 gange om dagen
- Niveau 4: Alvorlig negativ reaktion på tinnitus**
Vejledende og tilvænningsbaseret rådgivning, kognitiv adfærdsterapi, forstærkning/undgåelse af stilhed, Zen hele dagen, afslapningsøvelser
- Niveau 3: Moderat negativ reaktion på tinnitus**
Vejledende og tilvænningsbaseret rådgivning, kognitiv adfærdsterapi, forstærkning/undgåelse af stilhed, Zen hele dagen, (afslapningsøvelser kan være gavnlige)
- Niveau 2: Mild negativ reaktion på tinnitus**
Vejledende og tilvænningsbaseret rådgivning, forstærkning (ved høretab), Zen til rolige omgivelser, (afslapningsøvelser kan være gavnlige)
- Niveau 1: Minimal eller ingen negativ reaktion på tinnitus**
Basisrådgivning om årsag og sandsynligt forløb af tinnitus, forstærkning (ved høretab), (Zen kan være gavnligt i rolige omgivelser)

ETABLERING AF EN **BEHANDLINGSPLAN**

På basis af de individuelle svar på WZT-spørgeskemaet, resultaterne af de subjektive skalaer og den indledende samtale opstilles emner og mål for den enkelte patients WZT-behandlingsplan.

FORLØB AF BEHANDLINGSPLAN	BESKRIVELSE
Bedøm graden af tinnitus fra 1 til 5 i henhold til pyramiden	Vurdering af personens generelle reaktion på tinnitus og/eller TFI-score med henblik på klassificering
Udarbejd behandlingsmål	Eksempler på realistiske mål: <ul style="list-style-type: none">• Mindre opmærksomhed på tinnitus og/eller genevirkninger• Bedre følelse af kontrol over tinnitus• Bedre evne til koncentration uanset tinnitus• Bedre evne til at falde i søvn og sove videre• Bedre evne til at høre tale og samtale mere tydeligt• Nedsat angst- og stressniveau og dermed forbedret evne til at slappe af• Bedre generel livskvalitet
Udarbejd behandlingsplan	<ul style="list-style-type: none">• Udarbejdelse af behandlingsplan ved hjælp af fire kategorier i Widex Zen Terapi• Husk: Ikke alle patienter har behov for alle komponenter

YDERLIGERE OPLYSNINGER

- WZT-manual (side 25)
- Figur: WZT-manual (side 45)

KOMPONENTER I WIDEX ZEN TERAPI

Widex Zen Terapi indeholder forskellige komponenter, som kan kombineres alt efter den enkelte tinnitusramtes behov.

WZT-ELEMENT	BESKRIVELSE
Beroligende ord og vejledende rådgivning (Tinnitus-pyramideniveau 1-5)	<p>Forklar, at millioner af mennesker med tinnitus har vænnet sig til deres tinnitus, og det kan din patient også. Berolig patienten, under forudsætning af lægelig godkendelse, med at tinnitus ikke udgør en alvorlig sygdom.</p> <p>Drøft også følgende med patienten:</p> <ul style="list-style-type: none">• Det auditive systems grundlæggende anatomi og funktion• Forbindelsen mellem høretab og tinnitus• Den onde cirkel med tinnitus og stress• Tilvænning• Livsstilsændring
Justering på basis af rådgivning (Tinnitus-pyramideniveau 1-5)	<p>Aktiv dialog og opmærksom lytning gør behandleren bedre i stand til at forstå patientens perspektiv. Tilvænningsbaseret rådgivning hjælper også den pågældende person til at identificere og forkaste irrationel og maladaptiv tænkning samt opfattelse, attitude eller adfærd, som kan medvirke til bekymring og angst for tinnitus.</p>
Forstærkning (Tinnitus-pyramideniveau 1-5, når der foreligger et høretab)	<p>Høreapparater alene er ofte en god løsning i en god behandlingsplan til tinnitushåndtering. De vigtigste elementer, der skal tages højde for, er:</p> <ul style="list-style-type: none">• Widex' lave kompressionstærskel til reduktion af kontrasten mellem stilhed og tinnitus.• Widex' bredbåndsfrekvensrespons til sikring af tilstrækkelig stimulation i den auditive cortex.• Widex' Sensogram til etablering af den mest præcise og nøjagtige tilpasning ved alle frekvenser

Zen-toner og Zen-støj
(Tinnitus-pyramideniveau 1-5)

Zen fraktaltoner stimulerer passiv lytning, reducerer opmærksomhed på tinnitus, fremmer afslapning og bryder tinnitus-stress-cirklen. Zen-støj kan give yderligere lindring af tinnitus.

- Op til 5 Zen-programmer
- Mange forskellige kombinationer af Zen-toner, Zen-støj og forstærkning
- Maksimal fleksibilitet og kontrol til behandleren og til patienten

Afslapning
(Tinnitus-pyramideniveau 2-5)

Disse aktiviteter afhjælper koncentrationsproblemer, stress, søvnforstyrrelse og giver generelt bedre livskvalitet.

- Muskeløvelser
- Åndedrætsøvelser
- Visualiseringsteknik
- Sovestrategier

Kognitiv adfærdsterapi
(CBI - Cognitive Behavioural Intervention)
(niveau 3-5)

- Identificerer uønskede tanker og adfærd, som forhindrer naturlig tilvænning, og erstatter dette med andre tanker og anden adfærd.
 - Udføres bedst kombineret med strategier, der forbedrer patientens evne til at slappe af og nedsætte stress.
-

YDERLIGERE OPLYSNINGER

- Rådgivnings-DVD
- WZT-manual (side 29-43)
- Widex Zen Terapi - Rådgivning (flipover)

- Brugerbrochure: Tinnitus har mange ansigter
- Quick guide til programmering af Zen til WZT
- CBI-arbejdsark



OPFØLGNINGSPLAN OG VERIFICERING AF RESULTATER

Mennesker, der har tinnitus, har typisk større behov for opfølgning end mennesker, der alene har høretab. Opfølgningskonsultationer anvendes til vurdering af fremskridt og eventuelt ændring af behandlingskomponenter.

FREMGANGSMÅDE	BESKRIVELSE
Anbefalet opfølgningsplan	2 uger, 1 måned, 3 måneder, 6 måneder, 1 år.
Verifikation	<ul style="list-style-type: none">• Gentag THI, TFI og/eller TRQ med jævne mellemrum for at følge udviklingen.• Hav fokus på de fremskridt, der sker på vej mod målene, mind patienten om, at det er en proces, som tager tid.

Du kan få flere oplysninger om Widex Zen Terapi, anvendelse af Widex høreapparater og ZEN teknologi, samt artikler, der beskriver den teoretiske baggrund og evidens om brug af Zen som et tinnitusbehandlingsværktøj. Widex har også udviklet en række værktøjer, som kan være en hjælp til dig i klinikken, eller som kan gives til mennesker, der lider af tinnitus.

Kontakt en salgsrepræsentant fra Widex for at få oplyst, hvad der findes af materialer.

YDERLIGERE OPLYSNINGER

- WZT-manual (side 48 og spørgeskemaer på side 67-75)
- Compass software datalogging



Ved at vælge Widex høreapparater vælger du produkter fra en WindMade certificeret virksomhed. WindMade er det første globale forbrugermærke til identifikation af virksomheder, som anvender vindenergi.

Det anbefales altid at konsultere en læge for at udelukke, at der kan være tale om en sygdomstilstand. Følgende symptomer kan være en advarsel om, at man øjeblikkelig bør kontakte en ørelæge.

- pludseligt høretab
- uforklarligt unilateralt høretab
- pulserende tinnitus
- tinnitus ledsaget af svimmelhed eller vertigo
- tinnitus med ikke tidligere diagnosticeret konduktivt høretab
- depression, angst eller ukontrolleret og ekstrem stress



Trykt af KLS/2013-03
9 502 3230 010 #01