

Öronen blir på bättre humör helt enkelt

Det är fullt drag i den lilla studion. Musikerna i Stockholmsbandet Big Bad Blue, repar inför nästa spelning. Basisten Pecka Erkesjö står bara en knapp meter från trummisen som slår till sin cymbal, följd av en virvel på trumman.

- Det var 1996, men jag kommer ihåg det som om det var igår, berättar Pecka, eller Per-Eric som han egentligen heter.

- Kraschen fortplantade sig in i mitt vänstra öra, det kändes som om någon sköt ett gevärsskott rätt in i huvudet.

- Jag blev alldeles tjock i vänsterörat medan jag hörde normalt på det högra. Jag tappade hela basomfånget. Min frus röst lät normal på höger öra och som en 7-åring på mitt vänstra öra.

Efter tre dagar släppte tjockheten, men den tinnitus som Pecka redan tidigare haft, blev värre.

- Min tinnitus är som ett ringande ljud, och är jag trött är det värre än när jag är pigg och fräsch.

Pecka, som är 55 år idag, har spelat och varit musikanter i hela sitt liv. Han började som 13-åring och har bred erfarenhet. Med sin bas har han avverkat allt från klassiskt via kammarmusik, symfonier och storbandsjazz till pop och den tyngsta rockmusiken. Han har mest spelat i egna grupper, nu är det Nowhere Fast som gäller, men ibland hoppar han in och gästspelar hos andra, som den irländska folkgruppen The Corrs, eller sköter basen i ett större soulband med blåssektion och fullt ös.

Forskare har visat att de allra flesta yrkesmusiker ibland exponeras för ljudnivåer som överstiger gränsvärdet för bullerexponering. Till de särskilt utsatta hör hårdrocksmusikerna. Exponeringen av hög musik kan ge upphov till temporär hörselnedsättning, och i förlängningen bestående skador på hörseln, framförallt i diskanten.

Har man tur är besvären övergående och försvinner efter att man vilat sig från ljud ett tag, t.ex. under natten, men ibland kan längre perioder med ljudvila behövas. Man kan få en permanent hörselskada direkt om man t.ex. blivit utsatt för ett starkt impulslyd eller vistats i en miljö med för hög ljudnivå. Men effekten av de flesta bullersakade hörselskador kommer

smygande och övergående hörselnedsättningar blir så småningom permanenta.

- Min hörselskada har utvecklats genom åren. Det är helt klart en uppbyggd bullerskada genom musiken, säger Pecka.

- Det har tidigare visat sig mest som det här ringandet i öronen, det har jag ju varit van vid och det har ju ofta lagt sig. Så även om den där händelsen i studion 1996 kom som en chock, så tänkte jag inte i de banorna att jag behövde hjälp. Jag var ju van vid att ha min tinnitus och att det släpper sen.

Upplevelsen i studion ledde i alla fall till att Pecka blev mer medveten om sin hörsel, och han har nu haft formgjutna öronproppar i 10 år. Pecka har också varit och spolat ur öronen vid enstaka tillfällen, när han suttit länge med hörlurar, för att få bort vaxproppar som försämrat hörseln.

- Men så hösten 2014 fick min fru mig att gå och kolla hörseln och göra en utvärdering, för hon tyckte jag hade börjat höra sämre. Resultatet blev att jag fick mina första hörapparater. Det innebar en stor förändring för Pecka.

- Plötsligt kunde jag höra vad folk sa som sitter 3-4 personer bort på en restaurang. Och även vid bilåkande, som tidigare varit en svår hörselmiljö för mig, har det blivit bättre. Tidigare har jag fått säga till mina medåkande att vara vänliga och vråda på huvudet och prata direkt till mig, men nu hör jag ju direkt vad de säger, även om motorljudet är högt och de sitter och mumlar rakt fram. Det blev en helt annan upplevelse, definitivt blev jag hjälpt av hörapparaterna.

Men trots en stor förändring i vardagen var Pecka, som den musiker han är, inte riktigt nöjd med sina nya hörapparater.

- Jag är ju extremt kräsen på ljud, och många gånger kändes ljudet skräpigt, och jag hade lätt att få distorsion, ungefär som när man lägger stanniol i en telefon.

Peckas största problem är vanligt tal och framförallt de spetsiga s och sje-ljuden. Det här visar sig också i musiksammanhang, där han inte har full koll på diskanterna.

- Det måste höras bra. Jag kan ju inte gå runt



Pecka har en bullerskada på båda öronen och tinnitus. Han använder två stycken Audéo V90 312T och en ComPilot II.

och känna att jag har en vass ljudupplevelse. Det är viktigt att mina hörapparater går att ställa in perfekt så att jag kan få ner vanligt ljud till en ljudbild som passar mina hörselkurvor och mina behov.

I början av det här året fick Pecka chansen att prova den allra senaste tekniken som finns i Phonak Venture, och han konstaterar efter några månaders användande att de låter mycket bättre.

- Med Ventureapparaterna, och med de musikprogram man har lagt in, så kommer jag åt diskanten. De hjälper mig med otydligheten, det blir skitbra. Jag har till och med kört med hörlurar på och haft hörapparaterna i, och fast vi numera alltid har låga volymer i studion så får jag jättebra brightness i hörlurarna. Jag är grymt imponerad av tekniken, hur den kan balansera upp ljuden mellan höger och vänster öra och kompensera automatiskt till rätt nivå. Det är makalöst bra. Jag försöker jobba in en ljudnivå som passar mig, ett mjukt och harmoniskt ljud som bara lätt förstärker upp den vanliga hörupplevelsen. Jag ska ju inte registrera allt när jag har lurarna på mig, jag ska



bara åtnjuta effekten av dem, vilket jag tycker att jag gör i många sammanhang. Det får inte vara för mycket diskant och inte ge ett för fräsigt ljud.

När vi träffar Pecka är han helt klar med att Venture är det avgjort bästa av alla hörselhjälpmedel som han testat och använt. De nya apparaterna var inte svåra att vänja sig vid, och han har dem på sig hela dagarna. Snart ska han gå tillbaka till sin audionom för att fininställa apparaterna.

- Min audionom kopplar upp lurarna i datorn och ser på kurvorna hur mina volyminställningar har sett ut under den här testperioden, för att kunna hitta exakt hur jag brukar ligga i volym.

Pecka är imponerad över vilken skillnad de nya hörapparaterna kan göra i hans vardag, både på jobbet och på fritiden. Han upplever till och med att han har mycket mindre tinnitus i öronen än vad han hade tidigare, vilket han tycker är bra, om än märkligt.

- Men kanske är det som min audionom Matilda säger: När man går in och piggar upp de här öronen som har varit nedstämda och deppiga

under flera år, så blir de på bättre humör. - Och det blir jag med.



Text: Anders Arhammar / Foto: M. Bibow