

# Sköt om din hörsel



## Affärsområde Samhälle Skytteföreningar

MAL/AAL/2004-10 Info

Som skytt utsätts du ofta för höga impuls ljud i form av smällar från gevär eller pistoler. Ljudnivån på smällarna varierar beroende på kaliber men gemensamt för alla är att de är skadliga för öronen. Det gäller även vid mindre kalibrar som i luftsytte.

När man får en hörselskada är det oftast små, små hårceller inne i örat som går av. En avbruten hårcell ersätts inte med en ny utan är för alltid borta. Idag går det inte att på medicinsk väg laga eller få fram nya hårceller till örat, vilket gör att det är få hörselskador som går att bota. Om hörseln utsätts för en hög smäll kan resultatet bli att man hör sämre för en stund eller hör ljud som inte existerar, tinnitus. Skulle detta inträffa är det viktigt att du låter öronen vila genom att inte utsätta dem för mer ljud. Har du tur återhämtar sig hörseln, men risken är att för många hår-celler förstördes vid smällen och att hörsel-skadan är ett faktum.

Även om en smäll inte upplevs som besvärande kan den orsaka skada på hörselorganet. Ibland kan det dröja upp emot 20 år eller mer innan man märker resultatet av en för hög bullerdos. Genom att ta vara på din hörsel idag behöver du inte få en sådan överraskning om några år. Eftersom yngre människors hörsel är känsligare än vuxnas är det extra viktigt att nybörjare tidigt lär sig använda hörselskydd. Både när de själva skjuter och när de kollar på sina kamrater.

Utbudet av hörselskydd är stort och det finns olika sorter som passar för olika ändamål. De skyttar som tycker att kåpor är i vägen kan använda öronproppar. Samtidigt kan åskådare som lätt vill ta av och på skydden när de går in och ut ur skjuthallen göra tvärtom.

En hörselskada kan innebära svårigheter i att höra vad folk säger, vilket är jobbigt både för dig själv och den du pratar med. Likadant är det när du använder hörselskydd. Skillnaden är dock att när du inte längre riskerar att utsätta dina öron för dåligt ljud kan du ta av dig skyddet och allt blir som vanligt igen. Det går inte med en hörselskada...

