

Чек-лист на приём к сурдологу

До визита

- Не был в сильном шуме 12–24 часа (концерт, стройка, громкая музыка в наушниках).
- Хорошо поспал накануне.
- Записал, когда заметил снижение слуха и как оно менялось.
- Отметил шум в ушах: когда, какой, что усиливает/облегчает.
- Собрал документы: паспорт, полис, СНИЛС, направление от ЛОРа или терапевта.
- Нашёл старые аудиограммы, если были.
- Подготовил список препаратов (особенно длительные курсы антибиотиков, мочегонных).
- Если есть слуховой аппарат – взял с собой.

В день приёма

- Документы и направление.
- Блокнот для записи результатов.
- Список вопросов.
- Легкий завтрак, без плотного приёма пищи перед тестами.



онлайн-версия

- Не пил алкоголь.
- Не чистил уши «впрок» ватными палочками.
- При ОРВИ с заложенностью ушей – предупредил врача заранее о переносе.

Что ожидать на приёме

- Разговор, сбор истории – 15–20 минут.
- Осмотр ушей.
- Аудиометрия в звукоизолированной кабине – 20–30 минут.
- Тимпанометрия – 1–2 минуты.
- По показаниям – дополнительные тесты.
- Общий разговор и план – 10–15 минут.

Что спросить на приёме

Мини-список (полный – в вопросах врачу):

- Какая степень и тип тугоухости?
- Какая вероятная причина?
- Есть ли обратимая составляющая?
- Нужен ли слуховой аппарат сейчас или можно ждать?
- Какие варианты аппаратов мне подойдут?
- Как защищать слух от дальнейшего ухудшения?
- Когда следующий визит?

После приёма



- Забрал результаты аудиометрии в руки или в электронную карту.
- Записал план на ближайшие месяцы.
- Если назначен слуховой аппарат – запланировал подбор и настройку.
- Купил беруши, если работаешь в шуме.
- Сверил список принимаемых препаратов: есть ли ототоксичные.

Когда не ждать планового приёма

- Внезапное снижение или потеря слуха (за часы-сутки) – обращайтесь в стационар в тот же день.
- Остро возникшее головокружение с потерей слуха.
- Боль в ухе с температурой и снижением слуха.
- Кровотечение или гнойные выделения из уха.

Что не делать

- Заказывать слуховой аппарат по интернету без подбора.
- Игнорировать снижение слуха «оно такое у всех пожилых».
- Лить в уши «народные средства» типа масел и растительных настоек.
- Слишком громко слушать музыку в наушниках, особенно «в затычках».

