

# Hörsel och yrsel

## Bok- och länktips från Falu lasarettsbibliotek

Boende i Dalarna är välkomna till Falu lasarettsbibliotek för att få hjälp med att hitta lättfattlig information om sjukdomar och behandlingar.

I biblioteket finns också personliga berättelser som kan ge en inblick i andra personers upplevelse av sjukdom.

Bibliotekspersonalen hjälper gärna till att förmedla patientinformation ur olika databaser och från patientföreningar.

Vi kan även bistå med källkritisk granskning av hemsidor.

Den som inte har möjlighet att komma till biblioteket kan istället ringa eller skicka e-post.

Hitta till biblioteket:

Gå in genom huvudentrén på Falu lasarett, gå rakt fram och passera caféet och butiken, följ sedan skyltningen. Det finns hiss, ingång på plan 02. Besök oss gärna på nätet [www.ldbib.se](http://www.ldbib.se)

Med vänliga hälsningar

Anna Forsberg och Anna-Karin Nilsson, lasarettsbiblioteket Falun

## KONTAKTUPPGIFTER

E-post: [anna.forsberg@regiondalarna.se](mailto:anna.forsberg@regiondalarna.se) eller  
[anna-karin.nilsson@regiondalarna.se](mailto:anna-karin.nilsson@regiondalarna.se)

Adress: Falu lasarettsbibliotek och informationscentral  
Söderbaums väg 8  
791 82 FALUN

Telefon: 023-492134

E-post: [falun.biblioteket@regiondalarna.se](mailto:falun.biblioteket@regiondalarna.se)



## **Böcker om hörsel, yrsel och balans**

**Att se röster : en resa in i de dövas värld** av Oliver Sacks. Prisma, 1989.

Boken ger information om teckenspråkets betydelse för döva personer. Boken belyser även teckenspråket i ett historiskt perspektiv.

**Att (åter)erövra samtalet : en bok om hörselskada och kommunikation** av Berth Danermark. Läromedia, 2005.

Om hur en hörselnedsättning kan påverka förmågan att samtala och hur man kan få samtalet att fungera igen.

**Bakom välviljans mask : försvagning av dövsamhället** av Harlan Lane. Bilda, 2014.

Debattbok om normer och värderingar om cochleaimplantat.

**Balansera med mera : en handbok om hur du undviker fallolyckor** av Lindy Clemson och Megan Swann-Williams. Vårdförlaget, 2018.

Inspiration och praktiska råd på hur du kan undvika fallolyckor i ditt liv. Boken berör allt från fysisk miljö till hur du kan träna upp din balans så att du kan ta del av livet fullt ut.

**Den lilla boken om hörsel** av Ulf Rosenhall. Sparre medical group, 2000.

Boken ger en översikt över de vanligaste bakomliggande orsakerna till hörselnedsättning, möjligheterna till hjälp och hur vardagen kan underlättas för drabbade.

**Dövhet och hörselnedsättning : specialpedagogiska perspektiv** av Carin Roos och Siv Fischbein (red.). Studentlitteratur, 2006.

Boken handlar om interaktion, delaktighet och lärande för personer med hörselnedsättning eller dövhet.

**Emma berättar** av Marit Haunss. SIH läromedel, 1999.

En barnbok där en flicka berättar om hur det är att ha hörapparater.

**Flingan** av Sassa Buregren och Maud Mangold. Kikkuli, 2014.

En barnbok som handlar om hur det är att inte höra.

**Föräldrainformation om cochleaimplantat för hörselskadade barn.** Cochlear nordic AB, 2007?

Ett häfte som förklarar hur cochleaimplantat fungerar.

**Huvudvärksboken** av Anna Ditzinger och Kajsa Wallenius. Svenska förlaget, 2001.

I boken finns ett kapitel som behandlar yrsel och yrselträning.

**Hörseln : det första sinnet** av Konrad S. Konradsson. Karolinska institutet university press, 2011.

Om ljud, hörsel och apparater för alla som drabbats av hörselproblem.

**Leva med tinnitus** av Vendela Zetterqvist m. fl. Natur & kultur, 2013.

En självhjälpsbok för personer med tinnitus

**Med örat i centrum : förebyggande hörselvård.** Arbetarskyddsstyrelsen, 1997.

Skriften belyser hur man förebygger hälsorisker förknippade med buller.

**Vad sa du?** av Ida Bäckström. Parus, 2018.

Ida berättar om när hon drabbades av tinnitus och plötslig dövhet på båda öronen.

**Superdövis** av Cece Bell. Rabén & Sjögren, 2016.

Serier för barn om hur det är att ha hörapparat men inte vilja sticka ut och vara annorlunda än andra.

**Yrsel : ett tvärvetenskapligt perspektiv** av Johan Bergenius m. fl. Studentlitteratur, 2000.  
Boken ger en tvärdisciplinär översikt över symtomet yrsel. Balanssystemets anatomi, fysiologi, diagnostik och terapi av de vanligaste sjukdomarna som drabbar balansen behandlas i boken.

**Yrsel : utredning och handläggning** av Eva Ekvall Hansson (red.). Läkartidningen, 2011.  
Boken beskriver de vanligaste yrselsjukdomarna.

**”Är du verkligen döv? Du ser ju så pigg ut” : möten mellan hörande och icke-hörande** av Päivi Fredäng m. fl. Bilda, 2011.  
Dråpliga och tankeväckande situationer i mötet mellan döva och hörande.

## **På nätet om Hörsel**

### **1177.se**

1177 är landstingens och regionernas egen informationsportal. Här hittar du information om hälsa, sjukdomar och behandlingar. Det finns både skriftlig information och filmer. Sök på *hörsel* i sökrutan så får du upp flera träffar. Det går även att finna information genom att du klickar på *sjukdomar och besvär*, väljer *Ögon, öron, näsa och hals* och därefter *Hörsel*. Du kan också ringa på telefonnummer 1177 dygnet runt och prata med en sjuksköterska.

### **av.se**

Arbetsmiljöverket är en myndighet som fått regeringen och riksdagens uppdrag att se till att arbetsmiljölagarna efterföljs. Sök på *hörsel* på sidans sökruta så kommer det upp flera träffar om hörsel, buller och arbetsmiljö.

### **barnplantorna.se**

Barnplantorna är riksförbundet för barn med cochleaimplantat eller hörapparat. Förbundet sprider information, stödjer föräldrar och följer den tekniska utvecklingen av hjälpmedel. På sidan finns information om bland annat hörsel och språk samt hörseltekniska hjälpmedel.

### **horsellinjen.se**

Hörsellinjen drivs av Hörselskadades riksförbund (HRF). Linjen är till för alla, även de som inte är medlemmar i HRF. Via telefon eller e-post kan du ställa frågor till hörselrådgivare. Linjen är öppen på vardagar kl. 9-15 och telefonnumret är 0771-88 80 00. På sidan [horsellinjen.se](http://horsellinjen.se) finns skriftlig information om hörsel, hörselskador, hjälpmedel och ljudmiljöer, klicka på rubriken *fakta och råd* så kommer du rätt.

### **horseltestaren.se**

Hörseltestaren drivs av Hörselskadades riksförbund (HRF). På sidan kan du göra ett enkelt test som kan ge en indikation på om du hör normalt eller sämre än normalt.

### **hrf.se**

Hörselskadades riksförbund (HRF) är en religiöst och politiskt obunden organisation som arbetar för hörselskadades rättigheter i samhället. Sidan innehåller information om förbundet, men även informationsmaterial i form av broschyrer som går att ladda ner gratis pdf-format.

### **På nätet om Yrsel**

#### **1177.se**

1177 är landstingen och regionernas egen informationsportal. Här hittar du information om hälsa, sjukdomar och behandlingar. Det finns både skriftlig information och filmer. Sök på *yrsel* eller *balans* i sökrutan. Det går även att finna information genom att du klickar på *sjukdomar och besvär*, väljer *Ögon, öron, näsa och hals* och därefter *öron och balans*. Du kan också under *sjukdomar och besvär*, välja *hjärna och nerver* och därefter *yrsel, svimning och kramper*. Dygnet runt kan du ringa telefonnummer 1177 och prata med en sjuksköterska.

#### **yrsel.com**

Sidan drivs av yrselcenter som är en privat specialistklinik. På sidan finns information om yrsel och balansbesvär.