

GGMD

voor Doven
en Slechthorenden



Leven met de ziekte van Ménière

GGMD voor Doven en Slechthorenden

Wij hebben locaties door heel Nederland.

telefoon: 088 - 43 21 700

sms: 06 - 10 908 606

e-mail: contact@ggmd.nl

chat en teletolk: zie www.ggmd.nl/contact

website: www.ggmd.nl

Beter door de dag met de ziekte van Ménière

Mensen met de ziekte van Ménière, hebben meestal last van drie klachten:

- draaiduizelingen
- oorsuizen
- slechthorendheid

De draaiduizelingen komen als aanvallen en gaan gepaard met hevige misselijkheid en overgeven. Zo'n aanval kan uren duren en in lichtere vorm soms enkele dagen tot weken aanhouden. Mensen met ménière kunnen ook last hebben van tinnitus (oorsuizen). Zij horen dan geluiden die anderen niet horen. Dat kan zijn suizen, piepen, brommen, fluiten of een ander geluid. Door de ménière het gehoor langzaam slechter.

15.000 Nederlanders

Ongeveer vijftienduizend Nederlanders hebben de ziekte van Ménière. Dat is bijna 1 op de 1000. De ziekte is daarom niet zo bekend. Mensen met ménière merken dat bijvoorbeeld als zij op straat duizelig worden. Voorbijgangers denken dan vaak dat zij te veel gedronken hebben.

Grote gevolgen

De ziekte van Ménière heeft invloed op het dagelijks leven. Reizen wordt bijvoorbeeld moeilijker omdat autorijden of fietsen vaak niet meer verantwoord is. En bussen of treinen verergeren vaak het duizelige gevoel.

Communiceren met anderen wordt moeilijker. Dat heeft gevolgen op het werk, maar ook privé tijdens afspraken en feestjes. De tinnitus en de slechthorendheid maken het contact met andere mensen lastig. Dat in combinatie met de angst voor draaiduizelingen en de bijkomende misselijkheid, maakt dat mensen met ménière soms liever thuisblijven.

Zelf ontdekken

Artsen en specialisten kunnen medicijnen voorschrijven die de draaiduizelingen onderdrukken. Maar hoe iemand het beste met de ziekte van Ménière kan omgaan, moet diegene zelf ontdekken. GGMD helpt daarbij. Bijvoorbeeld met de training 'Leven met de ziekte van Ménière'.

Training ‘Leven met de ziekte van Ménière’

Tijdens deze training krijgt u informatie over de ziekte van Ménière. Met lotgenoten wisselt u daarnaast ervaringen, tips en trucs uit.

Deskundige medewerkers van GGMD begeleiden de training. Zij zoeken met u naar een manier waarop u de ménière beter kunt verdragen. Daarbij is veel aandacht voor ontspannen en bewustwording. Bewustwording wil zeggen dat u zich meer bewust wordt van de verschijnselen en wanneer deze erger of minder erg zijn. Misschien zijn de duizelingen bij u 's morgens minder erg dan 's avonds. Of heeft u er tijdens het sporten minder last van. Of zijn er manieren waardoor u de hinder van de ziekte (tijdelijk) kunt verminderen. Als u dit weet, kunt u daar rekening mee houden. Dat is het begin van leren leven met de ziekte van Ménière.

Over het aanpassen van uw leven en de problemen die daarbij om de hoek komen kijken, praten we in de laatste bijeenkomsten.

Ook voor naasten

De groep bestaat uit minimaal zes en maximaal tien deelnemers. De training is bedoeld voor mensen die de ziekte hebben en hun naasten (partner, kinderen, familie, vrienden).

Aantal bijeenkomsten

De training heeft acht bijeenkomsten van twee uur en vindt overdag plaats. Voor de laatste bijeenkomst komt de groep na drie maanden nog een keer bij elkaar. Opgedane ervaringen worden dan uitgewisseld en er wordt nog extra informatie gegeven.

Deskundige medewerkers

Bij GGMD werken deskundige medewerkers die begrijpen hoe het is om ménière te hebben. Zij kennen de gevolgen van de ziekte voor uzelf en de mensen om u heen. De medewerkers van GGMD kunnen met u communiceren. Als u dat prettig vindt, is een schrijf- of gebarentolk bij de bijeenkomsten aanwezig.

Kosten

GGMD stuurt de rekening voor deze training naar uw zorgverzekering. De kosten tellen mee voor uw eigen risico. Om de kosten door uw verzekering vergoed te krijgen, is een verwijsbrief nodig. Is door een audioloog of specialist vastgesteld dat het gehoorverlies aan beide oren meer dan 35 db is, dan is een verwijsbrief van de huisarts voldoende. Is dit gehoorverlies niet vastgesteld, dan kan alleen de audioloog of specialist u verwijzen. Naast een verwijsbrief heeft u ook het audiogram nodig. Op www.ggmd.nl/derden/verwijzers staat informatie over het verwijzen. Deze informatie is voor uw huisarts, audioloog of specialist.

Meer informatie en aanmelding

Neem voor meer informatie en om aan te melden contact op met GGMD:

Telefoon: 088 - 43 21 700

E-mail: contact@ggmd.nl

Chat: op werkdagen van 10.30 tot 12.00 uur via www.ggmd.nl pagina Contact

Teletolk: zie www.ggmd.nl pagina Contact

Website: www.ggmd.nl

Kijk op www.ggmd.nl/voor-wie/mensen-met-meniere voor meer informatie.

GGMD staat voor Geestelijke Gezondheidszorg en Maatschappelijk Dienstverlening voor doven en slechthorenden. GGMD heeft locaties door heel Nederland. Meer informatie over GGMD vindt u op www.ggmd.nl.