

Leven met de ziekte van Ménière



Beter door het leven 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 ziekte van Ménière wordt het gehoor langzaam slechter.

17.000 Nederlanders

Ongeveer zeventienduizend Nederlanders hebben de ziekte van Ménière. 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 draai-
duizelingen 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 ervaringen, tips en trucs uit.

Deskundige medewerkers van GGMD begeleiden de training. Zij zoeken met
u naar een manier waarop u de ziekte van 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 ochtends
minder erg dan 's avonds, of heeft u er tijdens het sporten minder last van.
Misschien zijn er manieren waardoor u de hinder van de ziekte (tijdelijk) kunt
verminderen. Als u dat weet, kunt u daar rekening mee houden. Het 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 de ziekte van Ménière te hebben. Zij kennen de gevolgen van uw gehoorbeperking 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 de communicatietraining 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.

Informatie en aanmelden

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

Telefoonnummer: 088 – 43 21 700

WhatsApp: 06 – 10 908 606

E-mail: contact@ggmd.nl

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

Website: www.ggmd.nl