

重要建議

當您戴上新的助聽器，會覺得背景噪音似乎太大聲，開始前幾天，最好只聽家裡的背景噪音，有時候試著辨識您不曾聽過的聲音，例如冰箱的嗡嗡聲或鑰匙碰撞聲。

一開始您會覺得自己的聲音聽起來很奇怪，那是因為您的助聽器同樣會擴大您自己的聲音，很快的您就會習慣了。

過了幾天之後，您就可以一次聽一個人說話，只要助聽器戴起來不會不舒服，就戴著您的助聽器，但如果戴起來感到不舒服，或是您覺得疲倦，請拿下助聽器，隔天再戴。

接下來是在人群中對話，在一群人中與別人對話，您必須很注意那個您想要聽懂的說話的人，您應該要能夠專心於您想要聽的語詞，並忽略背景的聲音，逐漸試著在一小群人及較複雜的聽覺情況使用您的助聽器，例如在餐廳中或是您的工作場所。

最後，您可能會戴著助聽器到戶外，以及聽來自收音機、電視和擴音裝置的聲音。另外，您如何聽到教堂裡，電影院或是音樂會等等這些場所的聲音會有所不同。

所有來自電視、收音機、電影及擴音裝置的聲音都是屬於"人工的"，換句話說，您聽到的並不是真人說話，而是喇叭，您必須多練習去適應這樣形態的聽力，您可以列出您通常會誤解的字的清單，和您的朋友多練習去聽這些字。

不要過早評斷您的助聽器，它們都是根據您的聽損程度量身設計，儘可能提供您最佳的語詞了解度。

如果您不清楚音量調整鈕應該要設定在什麼位置比較

對助聽器您必須要有實際一點的期望，使用他們的目