

# Phonak

## Steg-for-steg-veiledning

### Hvordan lage et munnbind-program i myPhonak app

Bruk av munnbind blir nå mer og mer vanlig i Norge, men munnbind kan imidlertid ha innvirkning på både hørsel og kommunikasjonsmuligheter.

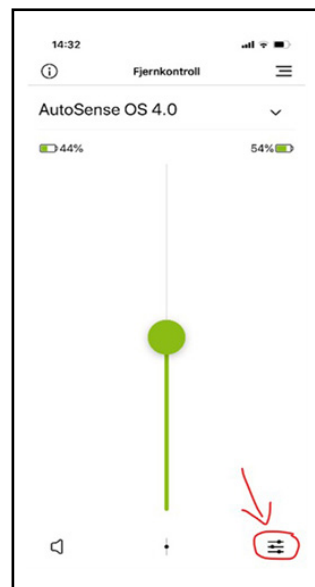
Forskning har vist at munnbind fungerer som filter, og reduserer høye frekvenser (2kHz til 7kHz) 1,2. Dempingen av høye frekvenser kan variere mellom 3-12 dB avhengig av type munnbind. Under COVID-19-pandemien der munnbind er nødvendige, kan dette føre til direkte innvirkning på taleopfattelsen.

Da kan det hjelpe å lage et egendefinert program i myPhonak-appen tilpasset munnbindbruk. Slik går du frem:

**Trinn 1:** Sammenkoble ditt høreapparat med myPhonak-appen.

Vet du ikke hvordan du gjør det, [klikk her](#).

**Trinn 2:** Trykk på ikonet nederst i høyre hjørne for å få tilgang til avanserte funksjoner for fjernkontroll.



**Trinn 3:** For en rask justering - velg «Klarhet» i stedet for «Komfort»



**Trinn 4:** Hvis der er behov for ytterligere justeringer, vurder følgende:

- Gjør en liten økning i "midt" og "diskant".
- Ved samtaler i støyende omgivelser, justér «Talefokus» mot høyre.
- Ved samtaler i stille situasjoner, justér «Dynamisk».

Merk: Avhengig av skjermstørrelse på din mobil, kan det hende at du må scrolle ned for å se alle funksjonene.

**Trinn 5:** Velg «Lagre» for å lagre dine justeringer som et eget program. Du kan gi programmet et eget navn for lettere finne tilbake i programmet i programlisten i appen.

Er du helt ny på appen? Her finner du [appens bruksanvisning](#).