

Bruks- och skötselanvisning
för

MySpeech™



Introduktion

Vi önskar dig lycka till med ditt nya tekniska talhjälpmedel och är övertygade om att MySpeech kommer att innebära ett verkligt lyft för ditt liv.

Vänligen spara denna bruksanvisning och använd den ofta tills du känner till apparaten väl.

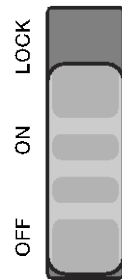
Din nya MySpeech-apparat kräver din uppmärksamhet för att motsvara dina förväntningar. Apparaten är anpassad och tillverkad för att tjäna dig under många år, om den underhålls på rätt sätt. Informationen i detta häfte hjälper dig att sköta din MySpeech-apparat och gör att den håller längre. Ta dig vänligen god tid att läsa denna vägledning och lär dig hur du ska använda och sköta din nya MySpeech.

Anpassning till din MySpeech är en process. Vissa områden att inrikta sig på är: att få vana sig vid signal i örat, lära att lyssna på signalen, gradvis ta på sig mer utmanande tala situationer, och lära dig hur du kan få MySpeech till att passa dig bäst. Dessa anpassningar tar tid. Ha tålamod!

Sätt på och stäng av apparaten

På den högra sidan av MySpeech finns det en 3 läges brytare

1. **OFF** läge stängs av apparaten
2. **ON** läge sätta på apparaten
3. **Lock** läge inaktivera alla knappfunktioner och låser enheten i aktivt läge



Ange Sleep Mode och växla Program

1. Tryck ner **SLEEP knappen** på höger sida av MySpeech för att omedelbart avbryta ljud från enheten
2. Tryck ner **SLEEP** igjen för att återställa ljud från enheten

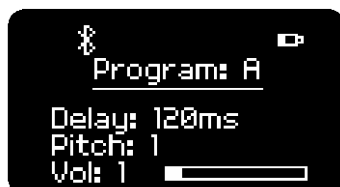
1. Tryck ner **A-B knappen** på höger sida av My Speech för att byta till **Program B**
2. Tryck ner **A-B** igjen för att byta tillbaka till **Program A**



Apparaten är försedd med två programmer: Det normala är program A för en utvilad situation och program B när man är trött eller när man vill minska talhastigheten vilket ger bättre kontroll vid presentationer inför flera personer.

Justera volymen från Startfönstret











1. Om du vill minska volymen tryck **Left** ◀




2. Om du vill öka volymen tryck **Right** ▶




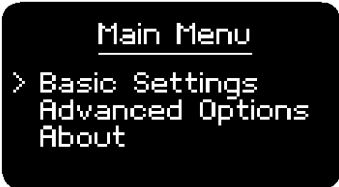


Navigering på Main Menu och Basic Menu


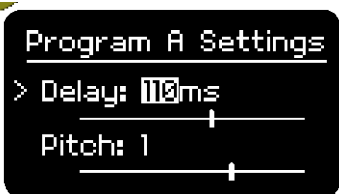


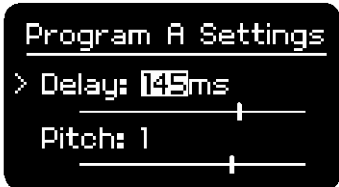


<ol style="list-style-type: none">1. Tryck Back  för att komma till Main Menu2. Tryck Left  för rulla nedåt i menyn3. Tryck Right  för rulla upp i menyn4. När ">" markören är placerad bredvid ditt önskade val, trycker du på Check 	 <p><u>Main Menu</u> > Basic Settings Advanced Options About</p>
<ol style="list-style-type: none">1. Tryck Left  för rulla nedåt i menyn2. Tryck Right  för rulla upp i menyn3. När ">" markören är placerad bredvid ditt önskade val, trycker du på Check 4. Tryck på Back  för att återgå till Main Menu	 <p><u>Basic Menu</u> > Change Program A Change Program B Display Timer</p>

Kom ihåg att Back  knappen gör att du kan gå tillbaka på skärmen.


Justera fördröjningen

Att justera fördröjningen i Program A och B från Main Menu:

<p>1. Välj Basic Settings och tryck: </p> 	<p>2. Välj Change Program A och tryck: </p> 
---	--

<p>3. Välj Delay och tryck: </p> <p>fördröjningsvärde markeras nu.</p> 	<p>4. Tryck Left  för att minska fördröjningen eller Right  för att öka fördröjningen</p>  <p>5. Tryck:  att bekräfta och höra de nya fördröjningsinställningarna</p> <p>6. Tryck  för att gå tillbaka till Basic Menu</p>
--	---

För ändring i Program B: ersätta Program A med Program B

Kom ihåg du måste trycka på:  för att bekräfta och höra ändringarna i inställningarna. Att helt enkelt flytta vänster och höger ändras inte fördröjningen.

För ändring av Pitch (FAF) :

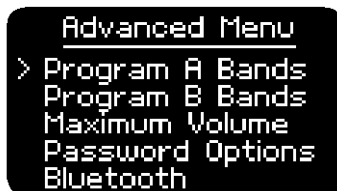
Samma procedur som för **Delay** men istället välj **Pitch**


Justera frekvensband

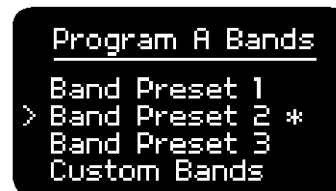
Vi rekommenderar att du använder **Preset 1** för en **1 Pitch** och **Preset 2** för en **2 Pitch**.
Myspeech levereras med **Preset** i standard inställning.

Från den Advanced Menu

1. Välj **Program A Bands** och tryck 



2. Välj **Bands Preset 1,2 eller 3** och tryck 



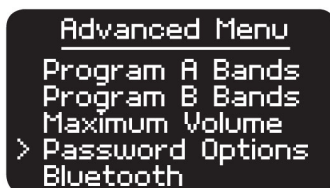
3. Tryck  att återvända till Advanced Menu


Med hjälp av lösenord


MySpeech är utrustad med möjlighet att ange lösenord för Basic Menu.
Standardlösenordet för Basic menu är 0000

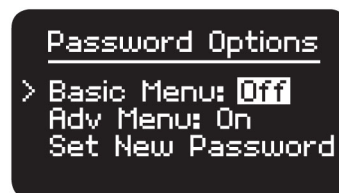
Från den Advanced Menu

1. Välj **Password Options** och tryck 



2. Aktivera lösenord, välj Basic Menu, tryck  för att markera rutan

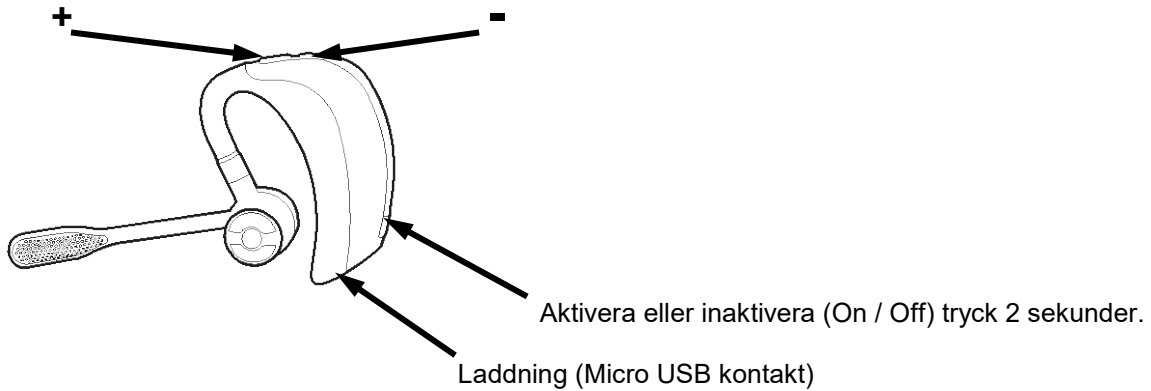
3. Tryck **Right**  att växla lösenord On eller Off



4. Tryck  att bekräfta valet

Bluetooth Headset

Volym upp/ned tryck på + eller - knappar per nivå förändring

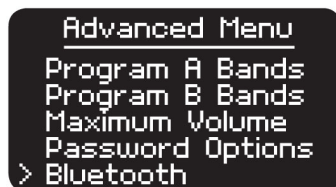



Stänga av Bluetooth eller starta


Om du föredrar att använda den trådbundna öronproppen rekommenderar vi att stänga av funktionen Bluetooth för att öka arbetstiden för MySpeech

Från den Advanced Menu

1. Välj **Bluetooth** och tryck: 



2. Tryck:  för att markera rutan

3. Tryck **Right**  att växla Bluetooth On eller Off



4. Tryck:  att bekräfta valet

Rengöring av apparaten

Din MySpeech-apparat är ett precisionsinstrument och frekvent underhåll reducerar behovet av service och reparation.

ANVÄND ALDRIG alkohol, vatten eller rengöringsvätskor som är baserade på lösningsmedel.

Generell användning

Undvik värme

Placera inte apparaten nära en radiator, värmelampa, spis eller i direkt solljus.

Använd inte apparaten samtidigt som en hårtork används eller vid användning av hårspray eller parfym.

Undvik kyla

Apparaten fungerar utomhus året runt.

Under långvarig användning i kyla kan batteriet mista en del av sin kapacitet. Om detta sker bör apparaten med batteri i värmas upp till rumstemperatur så kommer batterikapaciteten att öka igen.

Undvik fuktighet

MySpeech ska aldrig användas i bastu, ångbad, dusch, bubbelbad eller vanligt karbad.

MySpeech ska aldrig användas vid simning eller andra typer av vattensport.

Skydda apparaten mot kraftigt regn och snö.

Svett kan också tränga in och skada Bluetooth enheten och därför rekommenderas inte användning av apparaten vid ansträngande fysisk aktivitet.

Använd aldrig hårtork för torkning.

Hantera varsamt

Undvik att tappa apparaten, i synnerhet över hårda ytor.

Undvik att lägga ifrån dig apparaten där den kan utsättas för extrem värme eller kyla.

Försök aldrig själv reparera MySpeech.

Håll apparaten på behörigt avstånd från barn och husdjur.

Batterivarning

1. Försök inte öppna produkten eller ersätta batteriet.
2. Batteriet är inbyggt och inte änderingsbara.
3. Användningen av andra batterier kan utgöra en risk för brand eller explosion och garantivillkor kommer att avslutas.
4. Endast ladda batteriet med angivna godkända laddare som utsetts för denna produkt.

OBS – kontinuerlig användning av MySpeech kommer att ge maximal glädje och hjälp.

Använd MySpeech ofta.

Rekommendation för användning

Var alltid uppmärksam på den återförda talsignalen i apparaten

MySpeech ger en ökande talsignal och att lyssna till den ökar och förbättrar effekten. Efter ett par dagars användning kommer denna process att ske automatiskt.

Utnyttja vokalerna

Dra ut på några av vokalerna i varje ord du uttalar. Att dra ut på vokaler är speciellt effektivt när du kommer till ett ljud som du vet är svårt. Om du använder denna teknik för ord före ett svårt ljud kan du uppnå tillräcklig hämning för att komma genom det svåra ljudet med minimal blockering. Att dra ut på långa vokaler i korta ord som normalt inte leder till stamning kan vara en användbar strategi.

Håll kvar förlängbara ljud

En bra metod är att när du kommer till ett ljud som du i vanliga fall hakar upp dig på hålla kvar detta en sekund tills ljudet plockas upp av apparaten och ger återföring och därefter fortsätta ljudet ut. Streta inte emot genom att pressa fram talet. Kort sagt, håll kvar ljudet så kommer den återförda signalen att hjälpa dig genom blockeringen. Denna teknik är speciellt effektiv på ord som börjar med ljud som /l/, /m/, /n/, /r/, /v/ och /z/.

Värm upp den återförda signalen (talet).

Börja med att uttala några utdragna vokaler när du börjar använda apparaten på morgonen. Detta kan enkelt uttryckt preparera ditt system och förbereda dig på dagens prat. När du då börjar prata kommer ditt system att vara förberett och du kommer lättare att kunna talande flytande.

Ägna dig åt högläsning

Vi rekommenderar starkt att du läser högt och använder "eh"-metoden. När du har tagit paus för att andas påbörjas läsningen med ljudet "eh". Följ detta mönster under minst 10 minuter varje morgon och kväll även om du redan läser flytande. Denna enkla övning kan ge dig en förbättring under samtal.

Minimera din skepsis

MySpeech kan effektivt öka ett flytande tal, men dina känslor och rädsla för att stamma kommer att kvarstå en tid. Under många år har du vant dig vid att stamma varje gång du pratar, men du kommer att märka hur den känslan avtar i takt med att talet löper obehindrat. Under tidiga stadier när man arbetar på att vänja sig vid MySpeech kommer många användare att berätta att de förväntar sig att stamma på ett ord, men blir överraskade när de inte gör det. Genom att använda "eh" mellan uttalanden som beskrivs ovan i samband med högläsning kan du uppleva att det även hjälper att använda ett litet "ah" före ett ord du tror du kommer att stamma på. Du kan behöva experimentera för att komma underfund om du behöver detta eller inte, eller i vilken grad du bör genomföra detta. Det kan vara att den återförda talsignalen och användning av ett "eh" är tillräckligt för dig. Det kan tänkas att du vill eller behöver uttala ordet "ah" innan du uttalar ett svårt ord. Fokusera på "eh" genom att du tar in ordet, inte på själva ordet.

Övning i svåra situationer

Apparaten kan användas i alla situationer, men för vissa personer som stammar är en del situationer värre än andra. I stället för att oroa dig, koncentrera uppmärksamheten på de nämnda övningarna. Efter hand som du får mer erfarenhet av att använda dessa och upplever ökande framgång när du pratar blir processen enklare och enklare.

Upplev processen

Även om din erfarenhet av MySpeech under det första testet var lite problematiskt kommer du att genomgå en tillvänjningsprocess vid användning av ditt nya tekniska hjälpmedel. De viktigaste punkterna som kräver tillvänjning är:

1. Den återförda talsignalen i örat
2. Att lära sig att höra på denna andra signal
3. Att gradvis anta större utmaningar angående talet
4. Att lära hur MySpeech bäst kan hjälpa dig.

Allt detta tar tid. Ha tålamod och justera hastigheten på din egen inlärningsprocess.

Utnyttja ditt flytande tal

Var inte oroad över din egen anpassning till den återförda signalen. Ingen anpassning krävs under koraltal (samtal eller läsning parallellt med andra) och denna apparat simulerar just koraltal. Därför ska du inte bli överraskad när du vänjer dig vid signalen och MySpeech blir enklare och enklare att använd

Funktion

MySpeech är ett tekniskt hjälpmedel som simulerar körtal (samtal eller läsning parallellt med andra), en metodik som har bevisad effekt för att öka det flytande talet för personer som stammar. Din MySpeech-apparat skapar ett körtalsmönster genom användning av förändrat återgivet tal (Altered Auditory Feedback/AAF). Förändrat återgivet tal (AAF) innebär enkelt uttryckt att du hör din egen röst något annorlunda än du i vanliga fall hör den. MySpeech låter användaren höra sin egen röst med en försenad återgivning (Delayed Auditory Feedback / DAF), frekvens ändrad återgivning (Frequency Altered Feedback / FAF) eller en kombination av båda. Användning av DAF låter användaren höra sin egen röst med en liten försening, liknande ett eko. FAF låter användaren höra sin egen röst med en ändring av frekvensen (ljusare eller mörkare röst) som om man hör en annan person.

Fördelar med AAF

1. Ändrad talåtergivning resulterar i 50–95 % reduktion av stamning hos 80–90 % av stammare som har försökt detta
2. Användning av ändrad talåtergivning reducerar stamning oavsett talhastighet vilket innebär att personer som stammar inte bör ombes att tala långsammare för att uppnå mer flytande tal.
3. Effekten på ökat flytande tal är robustare med användning av AAF (ca 50–95 %) än vid användning av bullermaskering (ca 40–50 %)
4. Användning av AAF visar sig effektivare när man talar inför en församling.
5. Användning av AAF visar sig effektiv vid samtal på telefon.
6. Ingen skillnad märks vid användning av höger eller vänster öra.



Garanti

Det lämnas två års garanti mot tekniska fel från inköpsdatum.

Leverantör :
AURISMED AS
Webbsida :
www.aurismed.no