

老 人性難聴は、70代で多くの方が感じる、加齢による体の自然な変化です。例えば、以下のような経験はありませんか？

- テレビドラマなどの会話が聞き取りにくい。
- 会話の相手が二人以上だとわかりにくい。
- 周りの人がはっきりと話していないように感じる。

どれも不便ですね。でも、自分の状態を正確に把握して、補聴器による正しいケアを行えば、「聞こえ」は随分と改善されます。

まずは
正しく理解
しましょう

どうして
聞こえにくく
なるの？

鼓膜に伝わった「音」は、耳の奥で信号に変わって脳に伝わります。この「音」を信号に変える細胞や、信号を脳に伝える器官、また、言葉を聞き分ける脳の神経細胞などが、加齢によって衰えるのが原因です。しかし、状態には個人差があり、同じ大きさの音でも、聞こえ方は人それぞれで大きく異なります。

次頁へ

そこで大切なのが
「補聴器」の選び方。
順を追って
ご説明しましょう。

みやはら耳鼻咽喉科プロデュース
耳・鼻・ノドのヘルスケア

教えて！ 宮原先生

今月のテーマ

老人性難聴と補聴器

Vol.5

October 2011

今月は「老人性難聴」と「補聴器」のお話です。加齢とともに耳が聞こえにくくなると不便ですよ。それをサポートしてくれるのが補聴器です。ここでは、補聴器の上手な選び方や使い方のポイントをご紹介します。

みやはら耳鼻咽喉科
宮原 孝和先生



ポイント その3 補聴器を使うと、どんなふうに聞こえるのでしょうか？ 補聴器にもメリットとデメリットがあります。事前によく知っておきましょう

● メリット ●

- 言葉や音の刺激が脳に伝わることで、感情が刺激され、心豊かな生活を取り戻すことができる。
- 聞こえることが自信に繋がり、生活に意欲がわく。

● デメリット ●

- 聞きたい言葉が雑音で消えたり、ひずんで聞こえる場合がある。
- すべての音を大きくするため、大きな音はより大きく聞こえ、音が割れることがある。

補聴器を付けたからといって、他の方と同じように聞こえるわけではなく、決して万能ではありません。その点を十分に理解することも必要です。

ポイント その4 補聴器には主に3つのタイプがあります。 「自分の生活環境・使用状況」に合うタイプはどれか、 それぞれの特徴を比べてみましょう。

	特 徴	操作の しやすさ	重い難聴 への対応	価格 目立ち方
箱型 	本体とイヤホンがコードでつながり、本体をポケットに入れて使う。服が擦れる音などが聞こえる。	しやすい	対応できる	4~9万円 目立つ
耳かけ型 	本体とイヤホンがフックでつながり、耳にかけて使う。種類や性能が豊富。汗でぬれて故障することがある。	少し細かな 操作が必要	対応が 難しい場合 がある	4~30万円 比較的目 立たない
耳穴型 	耳穴にはめて使う。まれに耳垢で故障することがある。小さいので紛失しやすい。	指先で 細かな操作 が必要	対応でき ない場合 がある	9~40万円 目立ちに くい

ポイント その1 自分の「聞こえ」の状態を正確に把握することが大切です。 まずは、耳鼻科を受診しましょう。

『最近、人の声や物音が聞こえにくいな。年齢のせいかな…』と思っても、必ずしも「老人性難聴」が原因とは限りません。「病気」や「耳あか」が原因で聞こえにくくなっている場合もあります。もし病気が原因なら治療が必要ですし、耳あかが原因の場合は、掃除をすれば改善されます。

自己診断ではなく、まずは耳鼻科を受診して、自分の耳の状態を正確に把握することが大切です。また「老人性難聴」と診断されて補聴器が必要となる場合でも、耳鼻科のアドバイスが非常に重要ですから、異常を感じたら、まずは耳鼻科を受診しましょう。

ポイント その2 耳鼻科で補聴器の使用を勧められたら…。 「使い始めるタイミング」。これが、とても重要です！

『補聴器をつけると耳が遠いと思われる』との理由で、初めは敬遠される方がいます。しかし、例えば運動不足が筋肉の衰えを招くように、聞こえにくい状態で長年過すと、聴覚の衰えがさらに進みます。そうなる前から使い始めても、補聴器の音に耳が順応しにくくなり、結果として、使用を諦めてしまい、さらに難聴が進んでしまう、といった悪循環に陥ります。補聴器をより効果的に使用するためには、早めの使用が大切です。

補聴器を使い始める目安は？

- 日常の会話が聞き取りにくくなった。
- テレビや電話などの音声聞き取りにくくなった。

などと感じたときが、補聴器を使い始める最適な時期と言えるでしょう。

※高齢になるほど、補聴器の操作に慣れるまでに時間がかかるので、より効果的に使うには、難聴の状態が軽度で、年齢が若いほどよいでしょう。

後々のことを
考えると、
補聴器に早くから
慣れておくことが、
快適な生活を送る
ポイントです。



◆◆◆ イキイキとした暮らしを守るために ◆◆◆

「耳が聞こえる」という機能は、人間の生活の中でも大変重要な要素で、毎日の生き甲斐にもつながってきます。加齢とともに聴力が衰えるのは自然な流れとも言えますが、補聴器による適切なサポートと、周囲の方々の心配りによって、質の良い「聞こえ」を維持しながら、生活に張りをもたせることが出来れば素晴らしいことです。「聞こえ」に違和感を感じたら、ぜひ、早めに耳鼻科を受診してみてください。早めのケアがポイントです。

イキイキとした暮らしを守るためにも、「聞こえ」はとても大切です。気になる方は、一度耳鼻科にご相談下さい。

難聴が進むと、音による脳への刺激が減り、脳の老化も進みかねません。人との付き合いを避けるなど、積極性を失う人もいます。

次回は、「耳の急な痛みへの対応」についてのお話です。



Miyahara ENT Clinic 医療法人 南輝 *

みやはら耳鼻咽喉科

〒702-8023 岡山市南区南輝3-3-28

Tel.086-237-4133

南輝小学校・西100mを左折 P20台

『ご納得いただける診療・丁寧な診療・お待たせしない診療』を実践する、地域に根ざした耳鼻咽喉科医院です。

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:15	●	●	●	●	●	●
15:00~18:15	●	●	●	-	●	-

QRコード

携帯版HPがご覧いただけます。



●初めての方も順番予約できます●

休診日

日曜・祝日
木曜と土曜の午後

●詳しくは…

みやはら耳鼻科 で 検索!

ポイント
その5

「補聴器」を購入する際には、お店選びが大切です。
耳鼻科が紹介するお店で購入しましょう。

耳はデリケートですので、相性の良い補聴器を選ぶことが大切です。しかし、相性は、つけてすぐに分かるものではありません。実際に3週間程度の試し聴きを行いながら、操作を習得し、さらに「聞こえ」に満足感を得られるよう、細かな調節を行います。よい付け心地を感じるには、販売店の行う調節が大きく影響しますから、長く使い続けるためにも、ここは大切なポイントです。そこで、自分の耳の状態をよく把握した耳鼻科が紹介してくれる、ケアの行き届いたお店で購入するのが、一番安心と言えます。



～安易な判断での購入が招くトラブルの例～

話し声は聞こえるけど、
周りの音が大きくて、肝
心の話が聞き取れない。

コップをテーブルに
置いただけで、カッソ!
と、耳に響く音がする。

補聴器を使っていたら、
耳の穴が痛くなり、
結局使わなくなった。

こうしたトラブルを防ぐためにも、細やかな調整が大切なのです。

ポイント
その6

「補聴器」は、あくまでサポート(補助)が目的です。
周りの人も、気配りや思いやりを心がけましょう。

会話はなるべく静かな場所で

老人性難聴の方は、音がひずんで聞こえることがあるので、ザワザワした場所だと聞き取りにくくなります。

1対1で話しましょう

老人性難聴の方は、声や音の聞き分けの能力が低下するので、1対1で話しましょう。

相手の顔を見ながら

表情は、会話を理解する上で大切な情報です。会話をより理解し易いように、相手の顔を見ながら話しましょう。



ゆっくり、はっきりと、普通より少し大きめの声で身内との会話は、つい声が小さくなったり、早口になりがちです。ゆっくり、はっきりと、少し大きめの声で話しましょう。

耳の機能の衰えた方が不安なく暮らすためには、補聴器で「聞こえ」を補いながら、家族や周囲の方が協力し合うことが大切です。