

# 「聞こえのチェックシート」を行った皆さんへ

「聞こえにくさ」を感じていませんか？

- 会話、特に初対面の人との会話が苦手
- 近所とのお付き合いが億劫
- 外出を控えてしまう

聞こえに不自由な場面 トップ5

- 会話      ○ テレビ      ○ 電話
- 会議、会合、集会
- 銀行、病院の呼び出し

70 歳代男性で 5 人に 1 人、女性で 10 人に 1 人が日常生活で聞こえの支障があるとされています

## 1 「聞こえにくさ（難聴）」によってこんな影響が・・・

- 人との付き合いが億劫になり、付き合いのある人が減る
- 耳で聞く情報を得る機会が減る
- 難聴によって「知識力」と「情報処理のスピード」にマイナスの影響がある  
⇒ 難聴で外から入ってくる情報が少なくなることにより知的な能力を使う機会が減る

「聞こえにくさ」が人とのコミュニケーションや耳で聞く情報処理に大きく関わり、認知機能にも影響があります。  
難聴がある患者さんは、もの忘れの自覚や不安感、焦燥などの精神的な症状を感じる割合が多く、抑うつ気分や生活の質、日常生活動作にも関係することがあります。

## 2 コミュニケーションを保つために・・・

### ① 治療可能なものか

- 耳垢や中耳炎が原因の伝音性難聴は改善する可能性がある
- 重度の場合は高齢の方でも人工内耳が有効な場合がある

### ② 補聴器で改善可能か

- 聞こえに変化があったら早めに病院へ相談
- 補聴器を付けても調整や慣れが必要。早めの使用で慣れるまでの期間を短くすることが可能

補聴器を活用することで、知的な能力の衰えをゆるやかにすることができます。

## 3 聞こえにくいと感じたら・・・

- ① 耳鼻科を受診し、聴力検査などから補聴器が必要か判断してもらいましょう。
- ② 医師に補聴器をすすめられたら、販売店で相談してみましょう。
- ③ 相談後は試聴や調整をしながら、ご自分に合ったものを購入する流れです。

