

高齢者の聴力

長野県は全国でも1、2を争う

長寿県となりました。それに伴い高齢者の生活の質がこれからの問題となることでしょう。人間の五感のうちで耳の聴こえ(聴覚)は視力とともに情報量が多く、生活をしていく上で大切な感覚です。今回は、少しずつ耳が遠くなっている老人性難聴についてお話しします。

年をとれば誰でも難聴になる

老人性難聴の定義は加齢に伴う聴力の変化であり、平たく言えば、年をとれば誰でも難聴になるという事です。その特徴は、
① 同年齢では男性の方が聴力が悪い
② 加齢とともに聴力は徐々に低下する

③ 高い音から聞こえなくなる

④ 20歳代から始まる

⑤ 音の聴きとりだけでなく言葉の聴きとりも悪くなる

とまとめることができます。

会話に大切な音の高さは中音域です

加齢に伴う変化は20歳代から始まり高音域から少しずつ低下しますが、普通は自覚されません。つまり、会話に使われる中音域(会話域)が低下してこないと不自由を感じないからです。実際に、聴力に不安を感じ始めるのは60歳代後半でしょう。

何を言っているのかわからない

会話で大切なことは言葉を理解することです。高齢者では、音は聴こえるが何を言っているのかわからないということが起こりがちです。すなわち、言葉の聴こえが悪いことが高齢者の難聴の特徴です。

老人性難聴は治るのか

年をとるとどうして聴こえが悪くなるのでしょうか。音を感じ取る神経細胞やそれを脳に伝える神経細胞は増えたり再生することはないので、その数は加齢とともに

老化して減ってゆくのです。その結果、神経細胞の数が音の情報処理するのに必要な数より減ってしまうと難聴が生じます。今の医学ではそこを解決する方法がまだ見つかっていません。つまり、薬や手術では治すことができないのです。

高齢者との会話の注意点

家族で耳の遠い方がいる場合、まず頭に浮かぶのは補聴器だと思います。補聴器はここ数年とても進歩し具合のよい機種も増えてい

ますが、ここでは日常会話の注意点についてお話しします。老人性難聴の特徴をよく理解し、残っている聴力を引き出してあげることが大切です。具体的には、

① 少し低めの声でゆっくりと話す

② 言葉をはっきりと発音する

③ 大声を出さず近づいて話す

④ 寝たきりの方にはメガホン(長さ50cmくらいの筒)を作り耳の

近くに当てて話す

を心がけましょう。

(医師会)