

## より豊かな生活のために～聴力検査について

### 〔 このようなことはありませんか？ 〕

- ・ 家族から、テレビのボリュームが大きいと言われる
- ・ 聞き間違いや「えっ？なに？」のような聞き返しが多い
- ・ 銀行や病院などで名前を呼ばれても気づかない
- ・ 車や自転車が近づいているのに気づかない
- ・ 電話の音が聞き取りにくいので不自由に感じる
- ・ 複数での会話は、会話が聞き取れないので、ついていけなくなってしまう



このようなことがたびたび起こると日常生活でお困りのことも増えるでしょう。そんなときはご自身の聴力を調べる必要があります。

この「聞こえ方」を調べるのが聴力検査です。小さめの部屋(防音室)でヘッドホンをして、音が聞こえたらボタンを押して行きます。聴力も、視力と同じように数値で示し、単位を dB(デシベル)と表します。また、聴力検査は、聞き取れる音の大小だけでなく、音の高低の要素(Hz: ヘルツ)も調べます。これにより、どれくらいの大きさでどれくらいの高さの音が聞き取れるのかが分かります。そして、音や話し声が聞こえにくい状態が「難聴」です。

### 〔 聞こえの目安 〕

25dB	正常耳	囁き声もよく聞こえる
	軽度難聴	小声が聞きにくい
40dB	中度難聴	普通の声が聞きにくい
70dB	高度難聴	大きな声でも聞きにくい
90dB	重度難聴	耳元の大きな声でも聞きにくい
		日常の音は聞こえない



一度にすべての音が聞こえなくなることは少なく、その人によって聞こえにくい音の種類は異なります。また、耳が聞こえにくくなっても本人は気がついていないということもよくあります。

言葉を聞きとるのは主に 1000Hz～2000 Hz の聴力ですが、「か」「さ」「た」など子音を構成する部分はもっと高い周波数(Hz)です。健康診断などでは、1000 Hz と 4000 Hz のみ聴力測定するのが一般的です。ですから、健診の結果が「正常」や、「わずかな低下」であっても、それよりも高音もしくは低音の聴力が低下しているということもあるのです。

例えば加齢による難聴は高い周波数の音から聞こえにくくなるので、高い電子音が聞こえなくなったり、騒がしい場所での会話や女性や子供の高い声を聞きとるのが難しくなります。高音が聞こえないことにより、子音の聞きわけが出来ず、音は聞こえているのに言葉が聞き取れないということも起こります。

また、高齢の方の難聴はゆっくり進行するため、自覚するまでに時間がかかります。そのため、ご自身で気に留めておくことが大切です。

このように難聴は単に音が聞こえなくなるだけでなく、聞こえても、はっきり聞き分けることが難しくなります。

それにより、日常生活に大きな支障が生じる恐れもあります。

ご自身の聴力を知って必要な対処をすることは、よりよいコミュニケーションができ、より豊かな生活のサポートとなります。

難聴は原因によっては治療可能な場合もあります。「年をとったから…」などと自己判断はやめましょう。聞こえにくいと感じた時はもちろん、耳鳴りやめまいを伴う違和感があるときにも、なるべく早く耳鼻科を受診しましょう。

また、難聴の状態によっては、補聴器の装用が有用な場合もあります。その場合には補聴器外来を受診するなど、専門的なサポートが必要です。医師による診察、より詳しい聴力検査、補聴器の調整や装着訓練など丁寧にすすめていくことが重要です。

言葉が聞きとりにくいなど、聞こえについて不安や疑問をお持ちの方は、早めに耳鼻科を受診して詳しい聴力の検査を受けてみることをお勧めします。