

高齢者のための 『聞こえのセルフチェック』



あなたの聞こえは大丈夫ですか？

聴力は年齢とともに衰え、60代後半では3人に1人が加齢性難聴とも言われています。聴力の低下はゆっくりと進むため、自分では気づかないうちに難聴が進行していることも少なくありません。難聴は、認知症発症の危険因子の1つとも言われ、早期診断と補聴器の適正な利用が認知機能低下の予防につながります。



自分の聞こえの状態をチェック☑してみましょう！

- ☐ 会話をしているときに聞き返すことがよくある。
- ☐ 後ろから呼びかけられると気づかないことがある。
- ☐ 聞き間違いが多い。
- ☐ 話し声が大きいと言われる。
- ☐ 見えないところからの車の接近に気づかない。
- ☐ 電子レンジの「チン」という音やドアのチャイムの音が聞こえにくい。
- ☐ 耳鳴りがある。



➡ ☑の数はいくつありましたか？

- ☑0個 現在の聞こえに問題はなさそうです。もし不調を感じたら聴力検査を受けてみましょう。
- ☑1～2個 実生活でお困りのことがあれば耳鼻咽喉科を受診しましょう。
- ☑3個以上 耳鼻咽喉科を受診することをおすすめします。

(参考) 一般社団法人日本補聴器販売店協会HPより

聞こえにくいと感じたら、
まずは耳鼻咽喉科を受診しましょう

