

難聴を放置しないことが認知症の予防になる！

小豆島中央病院 耳鼻咽喉科 三村昇平



中高年の方で聞こえにくさを「歳のせいだから」と決めつけて放置している人が多いのではないのでしょうか？難聴は加齢によるものと、疾患で生じることがあり、適切な治療を早期に行わないといけな疾患も存在します。近年、難聴と認知症に深い関係があることがわかり注目を集めています。

聴覚は大切なコミュニケーションツール！聞こえにくさを放置するとどうなるの？

人間は「聴覚・視覚・嗅覚・味覚・触覚」の五感を駆使してコミュニケーションをとっています。聴覚では「会話・テレビの音・動物の鳴き声・自然の音」等が聞こえることで暮らしを豊かにしています。難聴になると「車の接近に気づきにくい・避難警報が聞こえない」等の危険察知能力が低下してしまいます。また、親しい間柄の人との会話も困難になり人間関係に支障を来す場合もあります。残念なことに家族間・親子間でも会話を避けるようになってしまう事例が少なくありません。

↓ こんなことはありませんか？



ご存知ですか？ 難聴と認知症の関連性

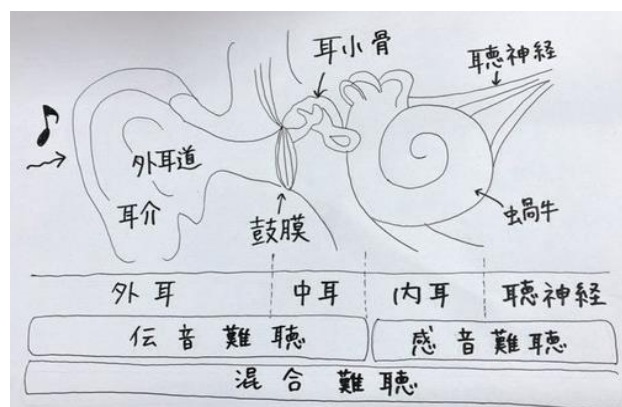
超高齢化社会を迎えた日本では現在、高齢者の約4人に1人が認知症またはその予備軍といわれています。2023年1月にアメリカの医師会が刊行している医学誌で、アメリカ全土2400人を超える高齢者を対象とした「難聴と認知症の関連性に関する研究」結果が発表され、難聴のある高齢者の認知症の有病率は、難聴のない高齢者に比べて61%高いと報告されました。また補聴器を適切に使用した場合には認知症の有病率が32%低下することも示されました。その他に、難聴がうつ病の原因になることも示唆されました。

**難聴により、コミュニケーションが少なくなったり
社会との関わりが減ったりすることで、認知機能
に影響がでる可能性があるんだね…**



聞こえにくくなるってどういうこと？ 主な難聴の種類

●人間の耳は音を集める外耳（^{がいじ}耳介・^{しかい}外耳道）、音を増幅する中耳（^{ちゅうじ}鼓膜・^{こまく}耳小骨）、音を電気信号に変換する内耳（^{ないじ}蝸牛）から成り立っています。
●難聴は大きく分けて、音を伝える部分の機能異常で生じる「^{でんおんなんちょう}伝音難聴」、音を感じる部分の機能異常で生じる「^{かんおんなんちょう}感音難聴」、それらを合併する「混合難聴」の3つのタイプに分けられます。



★伝音難聴 外耳道に何か（耳あか・虫など）が詰まっていたり、鼓膜に異常（損傷・炎症など）があったり、中耳に水がたまっているといった物理的な障害で発症します。一時的な症状であるケースが多く、異物が詰まっていれば除去する、炎症があれば投薬する、損傷や水の貯留がある場合には手術するといった方法で適切に対応すれば改善することが多いです。

症状の特徴 … 特に詰まった感じ、こもった感じの聞こえにくさ

★感音難聴 内耳の機能が低下したり、障害が起こることで発症します。約90%に耳鳴りを伴うのが特徴です。音自体は聞こえているのに言葉としては聞き取れない状態（語音明瞭度低下）が起こることもあります。

症状の特徴 … なんて言っているのか分からない、よく聞き返す

加齢による難聴は少しずつ進行していくので気づきにくい！まずは受診を。

一般に聴力は40歳頃から衰え始め70歳頃には約半数の方が難聴による不便さを感じているといわれています。感音難聴の多くは加齢による難聴です。加齢の他にメニエール病や突発性難聴や騒音性難聴をいった疾患がありますが、それらは早期での医療的介入が聴力を改善あるいは維持させる手助けとなる場合があります。一方で、加齢による難聴には根本的な治療法はありません。長い年月をかけて少しずつ進行していくので自分では気づきにくいのが特徴です。

「聞き返しが多くなった」「テレビの音量を大きくしないと聞こえない」「電話の声が聞こえにくくなった」など自覚した、あるいは周りの人から指摘された時は、良い機会と考えてください、耳鼻咽喉科の受診をおすすめします。