

聴力を保とう

できるだけ自分の住みたいところに住みつづけるために

このごろ飲み屋で何人かで話していると、仲間の言っていることがよく聞こえないことに気がつきました。ダンボのように手で耳たぶを拵げ、何とか聞こうとします。聞き返すこともしばしば。加齢現象なのか、カーステレオをガンガン鳴らし過ぎか、はたまたヘッドホンで音楽を聴くときの音量が大きすぎたのか？

一昨年、山口に旅行に行った際、萩市内で1回100円のコミュニティバスに乗りました（晋作くん号と松蔭先生号）。谷戸の多い鎌倉市と違って萩市は河口にできた街なので病院、商店、公共施設を回るバスのルートがとりやすく、うらやましいと思いましたが、それよりもそのバスに磁気ループが搭載されていたのに驚きました。バスの周囲に電線を張り巡らして磁界を作り、ちょうどラジオを聞くように補聴器でアナウンスや観光案内が聞ける、というものです。

補聴器はすべての音を大きくしてしまうので、ざわざわとしているところではなかなか目的とする音が聞こえないという弱点があるのですが、この方法ならはっきり聞こえます。生協の総代会でも使ったことがあります。ホールの座席の一部に磁気ループのスペースを作り、マイクに載った言葉のみが聞こえる優れものです。診療所でも小林事務長を中心に、聴力が落ちている人にこの方法を使って問診や説明ができないかと検討中です。カルテ内容の印刷は既に始めていますが。

認知症を予防するには目や耳からの情報を保つことが重要です。



よく聞こえない → 何度も聞く →
→ 聞き返すのがはばかりれる →
→ あきらめる → 無口になる →
→ 周囲への関心が薄れる →
→ 認知力が落ちる →
→ 自宅で住み続けるのが大変になる

という流れです。

よく聞こえない→耳鼻科に行き、耳垢がたまっていないか調べる（鼓膜に耳垢がべったりついていることもある）→補聴器はどのようなタイプがいいのかを検討する、という流れにしたいものです。

最後に大事なことを。急に片耳が聞こえなくなったら、突発性難聴という病気の可能性があります。できるだけ早く（48時間以内）ステロイドを使って治療する必要があり、治療が遅くなると聴力が戻らなくなることが多いので、すぐに耳鼻咽喉科を受診してください（休みの時は救急病院へ）。40～50代の発症が多いのですが、最近はもっと若い世代にもみられるようになっています。