

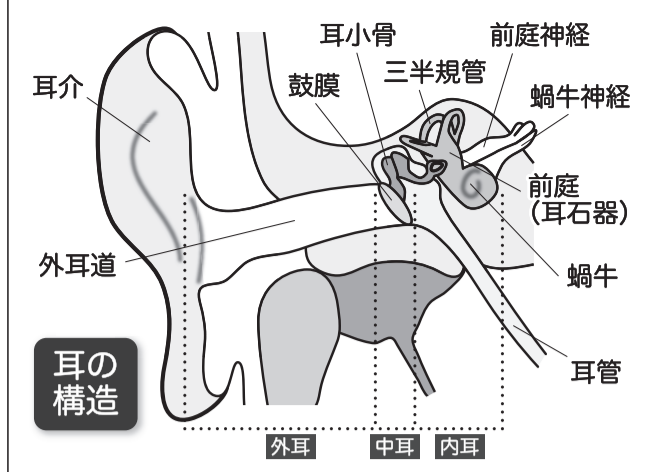
3月は「耳鼻咽喉科月間」

聞こえにくい、めまいがするなど耳の不調に悩む人は多い。これらの症状は生活の質を大幅に低下させるため、早めに専門医を受診することが大事だ。補聴器を利用する際も、医師の診断を受けることで

さまざまなメリットがある。3月は「耳鼻咽喉科月間」。兵庫県耳鼻咽喉科医会の3人に、病気の傾向や注意点などを聞いた。

(本文敬称略)

耳の不調、めまい すぐ受診



耳の構造

森田 耳掃除原因で外耳炎発症 李 鼻喉の炎症でも中耳炎に 小池 突発性難聴は内耳に原因

耳の構造などについて教えてほしい。

小池 耳たぶがある耳介から鼓膜までを外耳と呼ぶ。その奥は中耳と内耳につながる。鼓膜の振動が耳小骨から蝸牛に伝わって電気信号に変換され、神経から脳に至ることで音として認識される。途中にある三半規管、前庭などは平衡感覚に関わっている。

耳の病気でよく聞くのが中耳炎だ。

小池 鼓膜の奥は粘膜炎から出る滲出液で常に潤っている。その液体は、耳管を通じて喉へ押し出される。その管が詰まると生じるのが滲出性中耳炎。あまり痛くないので診察に行くのが遅れ、特に小児は難聴が見逃されることがある。

森田 外耳炎はかゆいだけで気づかないことも多い。かゆいから触ってしまい、さらに悪化してかゆみが増すという悪循環に陥る場合がある。主な原因は耳掃除で、風呂上がりには綿棒で

耳の中を拭うのもあまり良くない。耳あかは勝手に出てくる。子どもの場合は鼓膜を調べる際、中が見えるよう耳あかを取り除くこともあるが、大人は基本的に掃除する必要はない。

中耳炎は子どもに多い。森田 子どもは頭の骨格の形が、鼻水が耳に逆流しやすい。中耳炎はほとんどが、鼻汁がたまって逆流して引き起こされる。自分でしっかりと鼻をかめない子ども向けに、鼻汁を吸引する道具が販売されている。

李 中耳炎の治療は以前、すぐに抗生物質が使われていたが、耐性菌対策などから抑制するようになってきている。症状に合わせて治療法や薬を使い分け。最近では感染症が増えて、鼻や喉の炎症から中耳炎になる症例が目立つ。

めまいで悩む人も多い。小池 病院では良性発作性頭位めまい症が多く、朝起きてトイレに立った瞬間にめまいがするなどの。内耳の耳石というカルシウム

の粒が剥がれ、中で動くことで起きる。血流が悪くなっていると、軽度頭を打ったり、歯の治療で振動を受けたりして発症することがある。

他には、小池 突発性難聴も内耳に原因があると考え、めまい、耳鳴り、吐き気を伴うこともある。メニエール病も耳が詰まったような感じがして聴力低下が起

る。加齢性の難聴について。李 歳を重ねると聞こえが徐々に悪くなるが、自分では気づきにくい。テレビの音が大きくなったり、会話がしづらくなったりして家族から促されて受診する人が多。日本耳鼻咽喉科

頭頸部外科学会では「聴こえ8030運動」という啓発活動を展開している。80歳でさきやき声の聞こえる30分の聴力(または補聴器を使用した状態での聴力)を保つことを目標に掲げている。

森田 加齢性難聴を軽くみてもいけない。認知症やフレイル(健康と要介護の中間の状態)につながる。聴覚機能の低下に伴ってコミュニケーションの問題が起こったり、生活の質が低下することを指す「ヒアリングフレイル」という言葉も広がっている。

補聴器への注意点は。李 まず耳鼻科で聴力検査を

受けて、補聴器が必要かどうかの診断を受けることが大切だ。補聴器の調整は認定技能士が担う。補聴器の調整は1カ月から3カ月くらいはかかると思うので、おいた方がいい。人によって衰える周波数が違ってくるから、円滑に会話ができるようになるまで調整を繰り返す。

補聴器が合わないという人もある。李 補聴器の付け始めは音が大きく感じられ、脳が慣れるのにも時間がかかる。難聴を放置している期間が長ければ長いほど、この脳のリハビリに要する時間も長くなる。聴力検査で早く難聴に気づき、症状が進行する前に補聴器を使い始めた方がいい。

小池 補聴器はオーダーメイド。多くは20〜30万円もするが、補聴器相談医の診断を受けて購入する場合は、医療費控除の対象になる。出費のことを考えれば、医師と相談してからの方がいい。

森田 値段の高さだけでなく、見た目を気にして敬遠する人もいる。最近は小型化して目立たなくなってきたので、ためらわないでほしい。

イヤホンやヘッドホンで難聴になる人もいる。小池 大音量で長時間さらさ

き、安静にしているにもかかわらず、めまいには高血圧など血管病変が原因の場合もある。早期の診断を受けた方がよい。李 高齢になると内耳機能の衰えによるめまいやふらつきが増える。当然、転倒するリスクが高まるので、注意が必要だ。

耳鼻咽喉科月間 講演案内

神戸市立医療センター 中央市民病院 「みみ」と「はな」の講演会

3月1日(土) 13時30分~15時30分(受け付け13時~)、本館1階講堂(募集人数100人、先着順)

講演①「耳を大切に」 中央市民病院耳鼻咽喉科部長 山本典生氏

講演②「花粉症とうまくつきあうために」 中央市民病院耳鼻咽喉科専攻医 奥田奈子氏

「耳の日」健康講座

3月6日(木) 13時30分~14時30分、姫路市総合福祉会館(姫路市安田3の1、定員80人)

講演「難聴の治療と予防」 県立はりま姫路総合医療センター耳鼻咽喉科・頭頸部外科(中耳サージセンター長) 山本沙織氏

安心の認定補聴器専門店

- ご自宅で聴こえをご体感頂けます
●まずは2週間の試聴貸し出しからスタート
●購入に至らなくてもキャンセル料は不要

認定補聴器専門店

トーン 神戸補聴器センター TEL.078-251-8133 FAX.078-232-1624

トーン 補聴器センター西宮 TEL.0798-33-8817 FAX.0798-33-8837

トーン 明石補聴器センター TEL.078-995-8133 FAX.078-995-8137

トーン 姫路補聴器センター TEL.079-288-8133 FAX.079-281-4319

森田 加齢性難聴を侮らないで

受けて、補聴器が必要かどうかの診断を受けることが大切だ。補聴器の調整は認定技能士が担う。補聴器の調整は1カ月から3カ月くらいはかかると思うので、おいた方がいい。人によって衰える周波数が違ってくるから、円滑に会話ができるようになるまで調整を繰り返す。

補聴器が合わないという人もある。李 補聴器の付け始めは音が大きく感じられ、脳が慣れるのにも時間がかかる。難聴を放置している期間が長ければ長いほど、この脳のリハビリに要する時間も長くなる。聴力検査で早く難聴に気づき、症状が進行する前に補聴器を使い始めた方がいい。

小池 補聴器はオーダーメイド。多くは20〜30万円もするが、補聴器相談医の診断を受けて購入する場合は、医療費控除の対象になる。出費のことを考えれば、医師と相談してからの方がいい。

森田 値段の高さだけでなく、見た目を気にして敬遠する人もいる。最近は小型化して目立たなくなってきたので、ためらわないでほしい。

イヤホンやヘッドホンで難聴になる人もいる。小池 大音量で長時間さらさ

李 「8030運動」を啓発展開中 小池 大音量で長時間は耳に害

聞こえの力を活用して、社会とのつながりを保ち、会話を楽しむなど、活動が小さくならないことがフレイル予防に有効

難聴が疑われるときには耳鼻咽喉科で聴力検査を。補聴器の導入が必要かどうか専門医の診断を受ける

難聴がフレイルの引き金になる!?

フレイルとは...

心や身体の活力が低下して介護が必要な状態に陥りやすい、弱ってきた状態の中で、介護が必要となる手前の段階

身体的要素:筋力の低下、歩く速度が低下した状態など

精神心理的要素:認知機能の低下や、気分的なうつ状態など

社会的要素:人や社会との関わりが低下した状態、周囲からのサポートがない孤立した状態など

難聴は認知症の危険因子の一つと報告されている

難聴が疑われるときには耳鼻咽喉科で聴力検査を。補聴器の導入が必要かどうか専門医の診断を受ける

補聴器の専門店

あらゆる補聴器の相談に応じます。お気軽においで下さい。

★国産・外国産、各種取り揃えています。耳かけ型 ¥85,000から 耳あな型 ¥98,000から

- 自分の聴力を調べておきましょう
●聞こえないものとあきらめずに相談を
●少しでも不自由を感じたら試してみましょう

認定補聴器専門店 神戸ヒヤリングセンター 神戸店 / 神戸市中央区栄町通5-2-15(廣本ビル2F) TEL.078-351-1133 姫路店 / 姫路市白旗町20番地(しんざビル5F) TEL.079-289-3341 営業時間 9:00~17:00 (日、祝、第1・3土は定休日)

日本耳鼻咽喉科 頭頸部外科学会 市民公開セミナーの動画

「もっと知ってほしい難聴のこと」 神戸大学付属病院 藤田岳准教授 「もっと知ってほしい難聴のこと」 神戸大学付属病院 古川竜也講師

ヘッドホン難聴の解説動画の視聴はこちら