



長寿を楽しく 生き抜くための

耳の健康

～百歳を越しても補聴器不要に～



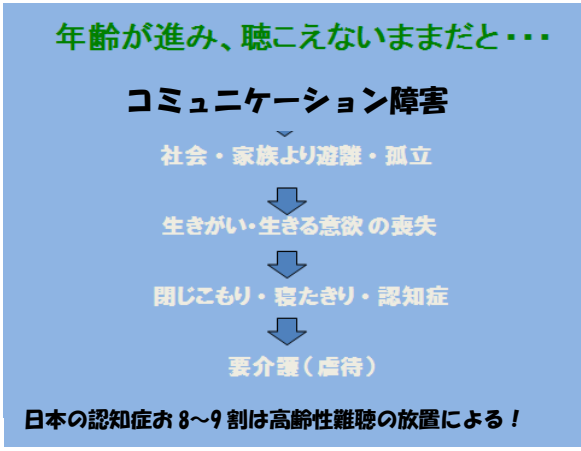
産業医 田名 毅
(首里城下町クリニック)

産業医だよりは、当院における地域むけ医療講演会の内容を抜粋してお伝えしています。今月は、NPO 法人 沖縄県難聴福祉を考える会 附属診療所 補聴相談のひろばの野田 寛先生にご講演いただきました。

野田先生は琉球大学の耳鼻咽喉科学教室の元教授で大学の名誉教授でもあり、私の恩師の一人です。先生はご退官後、高齢性難聴で悩む方々のために、このNPO法人を立ち上げられて多くの講演会活動、実際に補聴器の調整不良で悩んでいる方々のための診療など精力的にご活躍中です。私は内科医として高齢者の方々と接しておりますが、年齢とともに聴力低下に悩んでいる方を多く診療しています。その対策・対応についてお話いただきたいと考えて今回野田先生のご講演を企画しました。

1. 難聴が引き起こす生活への影響とは

年齢が進むにつれて難聴になる方が増加します。難聴になるとコミュニケーション能力が低下し、孤立しがちになり、生きがいの消失、意欲の低下につながる場合があります。終いには認知症を発症しやすくなり、介護が必要な状態になってしまう事さえあります。



2. 高齢性難聴と動脈硬化

高齢性難聴の大部分は、聴覚細胞を養う血管（内耳動脈）の動脈硬化によることがわかってきています。内耳動脈に動脈硬化が起こると、聴覚細胞に血液が十分流れて行かなくなります。そのまま動脈硬化が進むと、細胞は音を聞く機能が果たせないだけでなく、音のひずみからくる音（言葉）の理解に乏しくなる ということです。超高齢化社会の現在、90歳以上の方の言葉の理解力は30%以下、100歳以上ではこれが10%程度になってしまうというデータがあります。補聴器を使って音は聴こえていますが言葉がわからないので、会話が出来なくなっているということです。先生は、動脈硬化は耳にも影響しており、動脈硬化を進めないよう「食事のコントロールと運動励行」により、脂質異常症を起こさないことが重要と考えています。総コレステロールは180mg/dl以下、悪玉コレステロールは100mg/dl以下、中性脂肪は80mg/dlと厳しい管理目標がありました。

※この数値は内科の分野では狭心症・心筋梗塞になった患者さんの管理目標値と同じ程度。

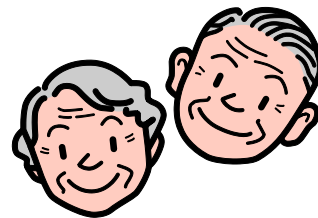
生活改善で難しいときは、スタチンという薬剤を使用すると達成できる。

野田先生ご自身の経験からも脂質異常症に対して、スタチンという薬を飲み始めたところ、耳鳴りやめまい・ふらつきが改善したとのことでした。

3. 難聴高齢者の早期発見・早期対応の重要性

聴力低下に対しては早期の発見、対応が重要とのことです。

- 65才以上になったら、毎年聴力検査を！
- いずれ住民健診に組み込む！



4. 補聴器選び

補聴器は特に医師の診療がなくても購入出来るようになってきました。高い金額で買ったものの補聴器が合わないという理由で使用していない方も多いようです。安いものから高いものまでありますが、野田先生の話では4万円位のものが主流とのことでした。

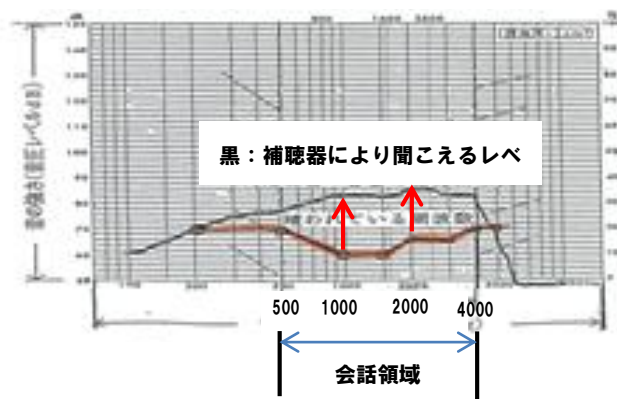
適合補聴器を上手く使いこなすことで
人生をそのまま継続・発展でき、
自分の思い通りの人生を歩み続けられる！

5. 補聴器の設定次第で会話領域の聞こえは可能になる

野田先生が診療所でおこなっているように、右図の音程の低い領域（1000Hz）と高い領域（2000Hz）を調整することでその方にあった補聴器を設定することができ、聞こえはよくなるといいます。平成17年に薬事法改正があり、補聴器は「管理医療機器」になりました。購入した店舗などで何度でも調整できるように法で定められましたので、遠慮することなく相談してほしいとおっしゃっていました。

また、特定商取引に関する法律があり、問題のある補聴器を買わされた場合は訴えることができる。訪問販売は良くないものが多いので注意して欲しい。誇大広告もあるので注意を！ と強調されていました。

※日本耳鼻咽喉科学会では、補聴器は医師の診断の元 購入する「補聴器相談医」制度発足に向けて、国に働きかけているとのことです。



6. 難聴者の社会環境づくり・バリアフリーを

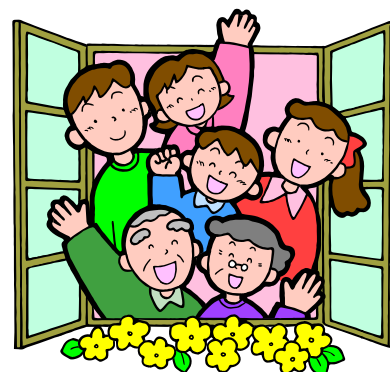
欧米諸国では、マイクの声が補聴器に直接入る**磁気ループ**を各種集会場に張り巡らしているところが多いようですが、日本での普及はまだ不十分です。役所などの公的機関が率先して取り入れていただくこと、または個人の家庭でテレビが聴こえるように使用してみることをお勧めします。難聴になっても会話のできる環境づくりが必要と先生は強調されます。難聴の方々には目立たない、もしくは目立たないように行動しているといいます。「おじいちゃんはどうせ聴こえないから」という身近な人たちの偏見…もしあれば、これらをなくしていく社会を目指しましょう。

◆難聴の方と話すときは

正面から相手に唇が見えるようにハッキリ、ゆっくりと話す

◆難聴の人を除外するのではなく

一人ひとりを尊重し、社会・家族の輪の中へ！





第 155 回 首里城下町クリニック 『地域むけ医療講演会』

日 時: 平成 28 年 5 月 11 日(水) 19:00~20:30

テーマ: **下肢静脈瘤について**
足の瘤(コブ)気になりますか?

中部徳洲会病院 心臓血管外科部長 池村 綾 先生

その他クリニックに関しては HP をご覧ください <http://www.shuri-jc.jp>

首里城下町クリニック 『働く人健康支援室』 は、



産業医・内科医
高血圧が専門です
田名 毅

あなたの **相談窓口** です!



保健師・産業カウンセラー
認定産業看護師 田名彩子

相談窓口

産業医は、あなたの職場とそこで働く人々の心とからだの健康を支援します。

★訪問日を設けている事業所の職員は、お気軽に訪問日をご活用下さい。

★クリニック内の『働く人健康支援室』では健康相談を行っています。
事前にお電話の上、いらしてください。

★クリニック内で産業医との面談は診療の合間となりますが可能です。
事前にお電話ください働く人健康支援室で“産業医との面談”とお声掛けください。診察や検査の必要がない限りは無料です。

★その他、電話やメール相談も随時行っています。



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー
與儀雅代



看護師・衛生管理者
糖尿病療養指導士 新垣朋子



認定産業看護師
山城愛子



連絡先

首里城下町クリニック 働く人健康支援室
098-885-5000

携帯 070-5814-0065 (田名彩子)

メール saiko@biscuit.ocn.ne.jp

プライバシーは守ります。

お気軽にご利用下さい!