

# 高齢者のための 「聞えのセルフチェック」

## あなたのきこえは大丈夫？

耳の聞こえにくさがあると認知症の発症リスクが1.9倍になります。高齢者において、中等度から重度の耳の聞こえにくさのある人は、そうでない人と比べて、認知症を発症することが多いことが分かりました。また、50歳以上の成人で、聴力が低下している人は、より認知機能が低下していることも報告されています。

## きこえのチェックをしてみましょう

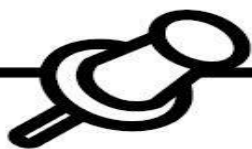
- 会話をしているときに聞き返すことがよくある。
- 後ろから呼びかけられると気づかないことがある。
- 聞き間違いが多い。
- 話し声が大きいと言われる。
- 見えないところからの車の接近に気づかない。
- 電子レンジの「チン」という音やドアのチャイムの音が聞こえにくい。
- 耳鳴りがある。

- 0個 : 現在のところ聞こえに問題はなさそうです。  
少しでも聞こえに不調がある場合には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。
- 3～4個 : 耳鼻咽喉科で相談してみましょう。
- 5個以上 : 早めに耳鼻咽喉科を受診することをお勧めします。
- ※一般社団法人日本補聴器販売店協会HPより

二本松市 高齢福祉課

二本松市 認知症地域支援推進員

## ポイント1

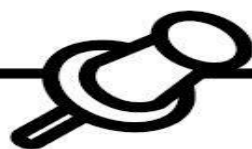


聞こえにくいと思ったらまずは耳鼻咽喉科を受診しましょう。

耳の疾患や耳垢が詰まっているなど、加齢以外の理由で聞こえなくなっている場合は、治療や耳の掃除をすると聞こえが良くなる場合もあります。

また加齢性の難聴の場合も、聴力検査を行い、難聴の程度はどのくらいか、補聴器が必要かを診断してもらうことができます。

## ポイント2



補聴器を適切に使うと認知機能の低下を遅らせることができるかもしれません。

耳が聞こえにくいにも関わらず、補聴器を使用していない人では、認知機能が低下しやすいとの報告があります。しかし、補聴器を適切に使用することで、認知機能の低下を遅らせることができる可能性があります。