

## 講演概要

### 『難聴』の仕組みとその治療・対応

～『聴こえること』が認知症予防に大きな効果が～

正垣 一博（正垣耳鼻咽喉科クリニック院長 養父市医師会会長）

認知症の対策可能な危険因子の中で、最も影響力が大きいものが難聴です。難聴を対策することで、認知症を予防したり進行を遅らせることができる可能性があります。

難聴の原因には、遺伝、病気、加齢などがありますが、対策可能なものに騒音暴露、喫煙、糖尿病などがあります。日本人の難聴の傾向として、以前より 8000Hz の聴力が改善しており、喫煙率低下や生活習慣病改善の影響が考えられます。逆に 40 歳代以下で 4000Hz の聴力低下がみられます。スマートフォン等による強大音の持続的暴露の関与が疑われ、若年層での聴覚保護が必要です。

難聴を放置すると、コミュニケーション低下などが社会的孤立の要因となり、うつや不安の増大、認知機能低下のリスクが高まります。難聴が認知症を引き起こすメカニズムの一つとしてカスケード仮説があります。難聴によるコミュニケーション障害から認知機能低下に至る経路と、難聴による音声刺激減少から認知機能低下に至る経路の 2 経路があり、これらが直接的、間接的に連なって段階的に認知機能低下につながるという説です。難聴を放置しないことが認知症対策に非常に重要です。

治る可能性のある主な難聴には、各種中耳炎、突発性難聴、耳垢栓塞などがあります。突発性難聴は時間がたつと治らない可能性が高くなるため、早期治療が必要です。

予防可能な難聴には、騒音性難聴、ヘッドホン・イヤホン難聴、加齢性難聴などがあります。騒音性難聴では耳栓の装用、ヘッドホン・イヤホン難聴では強大音や 1 時間以上以上の連用を控える、加齢性難聴では騒音暴露を避け、生活習慣病の管理、禁煙などに予防効果があります。

固定した難聴の対策としては、補聴器が最も有用です。耳掛け型・耳穴型・ポケット型の 3 種類があり、難聴の程度、用途により選ぶことができます。購入にあたり要件に該当すれば身体障害や高齢者補聴器購入費助成事業による助成を受けられます。

難聴を早めに治療・予防・対策することにより、認知症を予防しましょう。