

きこえのはなし

氏田直子¹⁾

音は空気の振動で大きさ（音圧）や高さ（周波数）、音色によって構成されている。日常生活はたくさんの音や音声があふれており、これを活用して私たちは生活している。聞こえることの楽しさや便利さとして、家族や友人との会話、音楽や歌、虫の声や風の音などの自然の音、周りの物音を楽しめたり、さらには電話やテレビ・ラジオ、電車の車内放送などで情報を得られたりすることがある。このように聴覚は、会話の入り口、周囲の状況を知る探知機、様々なメディアの情報を楽に得られる取り入れ口、身の安全を守る警報装置、周りとの精神的なつながりを強めるなど、幅広い役割を持つ。

聴覚障がいによって聞こえにくくなると、家族や周りの人との会話がわからず孤独を感じたり、周囲で起きていることがわかりにくいため頑固・疑い深くなったり、テレビなどもわかりにくく情報や刺激が少なく、ボーっとしていることが多くなったり、会話が面倒になるので外出を嫌がるようになっていたり、様々な影響が出る。

1. 老人性難聴

特に高齢者では、耳の聞こえが悪くなって起こる変化を、認知症などと誤解されることもある。老人性難聴は確かに老化現象の一部だが、「年だからしょうがない」と放っておくとどんどん会話が減り、一層老化が早まる。「聞き返が多い」、「テレビの音量を大きくする」などがあつたら、なるべく早く耳鼻咽喉科で診察を受けて、補聴器をつけたり、周囲の人が難聴を理解して難聴者に分かりやすい環境を作ったりすることが大切である。

老人性難聴は高齢化社会を迎えますますます増加すると予想される。一般的には55歳を過ぎるころから高い音が聞きにくくなるが個人差が大きく、徐々に難聴が重症になる。しかし少しずつ悪化するので自覚されにくく、家族などからテレビの音量を大きくする、声が大きいのと指摘されることが多い。難聴の種類としては音や声が聞こえていても歪んで聞こえるためはっきり聞こえない感音難聴であるため、聞き間違いや聞き逃しがあり、本人は分かっているつもりでも正しく伝わっていないこと

がある。どちらかというと本人よりも家族が難聴による問題を感じているのが特徴である。

一般的には老人性難聴に対しては、テレビの音量が大きいと注意する、聞き返されたときに怒鳴る、耳元で大きな声で話しかける、話した内容について「わかった？」と尋ねるなどの対応をすることが多い。これは高齢者にとって注意されたとか年寄扱いされたと感じられ傷つき、むしろわかりにくい不適切な対応である。以下に難聴者への適切な対応を紹介する。

2. 難聴者への適切な対応

1) 聞きやすい環境を作る

難聴者は雑音が入ると極端に聞き取りにくくなるので、会話の際はテレビなど周りの雑音を減らすことが重要である。また、音を近付ける（近くで話す、手元スピーカーなど）こと、耳元で話さないで正面から顔や口を見せるようにすることも、聞き取りを助ける。マスクをすると口元や表情が見えないし言葉がこもって聞き取りにくくなるので、マスクは外して話すことが重要である。

2) 話しかけ方を工夫する

正面から口元を手で隠さずに、少し大きめの声で、ゆっくり、はっきり話す。最初に相手の名前を呼んで注意をひき、「明日の予定なんだけど」などのように話題を伝えてから話すと伝わりやすい。難聴者にとっては聞くことはとても疲れることで、一生懸命に聞き取っていても忘れることがあつたり、どうしても聞き取れないことがあつたりするので、大切なことは書いて確認することが推奨される。

3) 機械を利用する

- ① 補聴器や人工内耳を装着して少しでも聞き取りやすくする

最近の補聴器は小さくなって目立たず、聞こえ方も良くなっている。また補聴器を使ってもことばが聞こえない重度難聴者でも、人工内耳という治療法で聞こえを取

1) 保健学部医療技術学科言語聴覚学専攻 講師

り戻せる場合もある。

② 聞こえない部分を補うために振動や視覚を使う

銀行や病院など人の多い場所では呼出しが聞き取れないことが多いので、呼び出しを振動で伝える機械や、来客のチャイムや赤ちゃんの泣き声などを光・振動・文字で伝える機械なども有用である。

③ 筆談をする

うるさい場所などどうしても聞き取れないこともあるので、簡易筆談器やメールを使って筆談することも有効である。

④ 文字によって情報を得る

講演会や会議などでは話の内容を要約してパーソナルコンピュータに入力してそれを表示するパソコン要約筆記が役に立ち、テレビでも字幕放送が増えている。難聴になると周りの情報が入りにくくなる分、新聞やインターネットを含めた文字による情報が非常に助けになる。

補聴器は高価に感じるかもしれないが、時間をかけて、補聴器専門店です適切な調整を繰り返し、上手に使えるようになると、生活の幅が広がる。「まあそのうちを考えればよい」と先延ばしにするよりも、なるべくなら60歳代のうちに、遅くとも70歳代前半までに補聴器を使い始めたほうが、早く使えるようになる。補聴器の調整が正しくないと、かえってきこえを悪くする可能性もある。代金には調整料が含まれているので、補聴器専門店で購入し、遠慮せずに何回でも納得できるまで調整して、聞きやすい音を作ることが重要である。補聴器は試聴をしながら購入を決め、調整は最低でも3ヶ月くらいかかるので、複数回調整し、徐々に補聴器に体を慣らしていく。補聴器に慣れると聞く力もついてくるので、意識的に会話などで聞く練習をするが、補聴器がことばの聴き取りに役立つまでには3~6ヶ月かかるのが一般的で、眼鏡のようにすぐに慣れるわけではない。気長に諦めずに聞こうとする気持ちが大切になる。

ただし補聴器をつけても難聴が治るわけではないので、全てが分かるようにはならない。ききにくいことについての悩みを分かち合える難聴の仲間作りや、難聴への配慮を周囲に求めることも必要である。また、難聴者の家族や周囲の人が難聴者は何に困っていて、どんな支援が必要なのかを正しく理解して、支援することが求められる。

ここまでは特に老人性難聴を中心に人生の途中で難聴を発症した場合を中心に説明したが、最後に少しだけ小児の難聴についても説明する。

3. 小児難聴の言語発達への影響

ことばを自然に覚えるためには、耳の聞こえが正常であることが必要で、もし軽度であっても難聴があると、ことばの発達が不十分になって、日常生活や学業に支障が出ることもある。このため、小児の場合は早期に難聴を発見し、一刻も早く難聴を考慮した教育を受けることが重要で、それによって難聴による影響を最小限に抑えられる。

- なかなかことばを話さない2歳児
- ことばを話しているが、発音がはっきりせず、ことばの数もあまり増えない2、3歳児
- よく眠って、手のかからない、あまり泣かない乳児
- 大きな音がしても目を覚ましたり、驚いて泣き出したりしない乳児
- 1歳近くになっても人見知りをしない乳児

上記のような場合、念のために是非大きな病院で詳しい聴力検査を受けてほしい。全く聞こえていないことは考えられなくても、部分的に聞こえにくい音があったり、軽度の難聴だったりする可能性もある。難聴児の90%は健聴の両親から生まれ、先天性難聴の半分以上は遺伝子によるもので、多くの人が実は難聴の遺伝子を持っていることが明らかになっていて、生後すぐから対応が必要な難聴児は1000人に1人は生まれるので、近親者に難聴者がいなくても、少しでも心配だと感じたら、大きな病院に相談することが重要である。現在では生後間もなくから、簡単な選別検査ができ、生後3ヶ月にはかなり正確な聴力が分かり、生後5、6ヶ月には補聴器をつけ始められる。

乳児の脳は生後1年半の間に急速に成長するので、この間に少しでも早く難聴を発見して補聴器をつけ、難聴児にもわかりやすい身振りなどを使う教育をすることで、適切な脳の発達を可能にできる。難聴の有無は外見だけではわからないため、発見が遅れたり、発見されても十分な対応がされず、大きくなってから問題に気付いたりすることが多い。「まだ小さいから、もう少し様子を見る」ではなく、安心のためにも念のため早いうちに検査することが推奨される。また幼児期になって難聴になることもあるので、発音やことばの遅れがある場合には必ず難聴がないかどうかを検査することが重要となる。

言語聴覚士の業務として、①ことばが理解できない・表現が難しいという言語障がい、②きれいに発音できない・話せないという構音障がい、③うまく食べられない・飲み込めないという嚥下障がい、④聞こえない・聞こえにくいという聴覚障がいの4つの障がいについて検査や評価を行い、訓練や支援があるが、あまり聴覚障がいに

対応するという業務は知られていない。しかし補聴器などで聞こえるようになると、乳児でも高齢者でも難聴者の表情が明るくなり、行動も積極的になり、周囲の人と

の関わりも深まり、生活が充実する。きこえが心配な時には耳鼻咽喉科医や言語聴覚士にまず相談して欲しい。