



# 明和病院だより



2017年3月号

## (1) 医師から皆様へ 〈 難聴について 〉

「えっ、今、なんて言った?」。相手の話の聞き返しや、聞き間違いが増えてきたと感じたら、難聴の始まりの可能性があります。

最初は小さい声やはっきりしない声がききとりにくくなり、人の家に訪問することや会合や講演参加を避けるようになります。家族と一緒にテレビを見ても聞こえないため、一人で引きこもってしまい、



ついには家族と話をすることさえ面倒になってしまうのです。このようにコミュニケーションを円滑に図れなくなった時のストレスは大変なものです。

「聴く」ことは耳から入った音声は脳に伝わり、その音声は脳で処理され、音声の理解が生まれて初めて成り立つ行為です。私たちの脳は刺激があると回路が活発になり、刺激がないと次第にさびついてしまうという性質があります。音刺激が脳に届かないと音を聞く回路がさびついてしまいます。コミュニケーションが上手く取れないと脳への刺激が極端に少なくなり、脳の働きの低下へと進んでしまう可能性が高まります。

では難聴はなぜ起こるのでしょうか。耳は3つの部分(外耳、中耳、内耳)から成り立っています。聴神経は、情報を内耳から脳へと伝達し、情報はそこで処理されます。以前は年齢を重ねると内耳の部分が弱ってくると考えられていました。しかし、最近では単に年齢によるものではなく、騒音と血管の障害が難聴の原因であると報告されています。騒音とは工事に伴う大きな音や工場の中での金属音だけではありません。ヘッドホンやイヤホンを使って大音量で長時間音楽を聴くこと、コンサートの時にスピーカーの近くで大きな音を聞くことでも音響外傷と呼ばれる内耳の障害を起こします。内耳は強い音圧によって障害を受けやすい器官なのです。また、内耳に栄養と酸素を送る血管は極めて細く、血管障害を起こす病気になると影響が出ます。糖尿病や高脂血症による動脈硬化、高血圧など血管障害を引き起こす病気は難聴の原因になります。また、過度のストレスも聴覚に悪影響を及ぼすと言われています。



耳を守るためには一定の食べ物を食べる、薬を飲むというのではなく、適度な運動と睡眠時間の確保、静かな環境での深呼吸、バランスの良い食事が大切です。難聴は一度発症すると改善が難しい病気です。難聴にならないように耳の管理に気を付けることと、難聴になったら状態を正しく評価し、補聴器を活用して会話を楽しむことが大切です。耳を大切にすることを心がけましょう。耳鼻咽喉科 医長 奥中 美恵子

## (2) 医療講座(公民館主催)のお知らせ

- ①・演 題 : 高齢者で気をつける皮膚病
- ・講 師 : 皮膚科 部長 黒川 一郎
- ・日 時 : 3月10日(金) 14:00~15:30
- ・場 所 : 上甲子園公民館(Tel 67-4329) ※無料(参加自由)
  
- ②・演 題 : 介護もっと快適に  
~介護保険の上手な使い方~  
~訪問看護の現場から~
- ・講 師 : 訪問看護センター明和  
主任 山形まゆ美(ケアマネジャー・看護師)  
主任 中島 淳美(認知症ケア専門士・看護師)
- ・日 時 : 3月30日(木) 14:00~15:30
- ・場 所 : 高須公民館(Tel 49-1312) ※無料(参加自由)



## (3) 第13回ミニ・コンサートのお知らせ

今月は「心のうたコンサート」を開催します。心の片隅に懐かしい思い出とともに眠っている歌を、心をこめてお届けします。

- ・日 時 : 3月3日(金) 16:30~17:30
- ・場 所 : 薬局前
- ・内 容 : 日本のうた、童謡、唱歌



## (4) ケアマネジャー(介護支援専門員)、歯科衛生士等を急募!

居宅介護  
ケアマネ



ケアマネジャー、歯科衛生士等を募集しています。一緒に明和病院で働きませんか? 詳細はホームページをご覧ください。人事企画課(代表 0798-47-1767)までお電話にてお問合せください。

(編集発行人 事務部長 沖田 明弘)