

加齢性難聴

① 認知症との関係

難聴は認知症の発症リスクに回避のアイテムは補聴器

加齢とともに聞こえが悪くなっても「年だから仕方ない」と放置しがちだ。しかし近年、難聴が認知症の危険因子になることが明らかになり、聞こえを改善するための難聴対策が注目されている。

加齢によって聴覚機能が低下する「加齢性難聴」。40歳を過ぎると、高音域から聴力レベルが下がっていき、65歳以上になると難聴を自覚する人が急増する。75歳以上では、約半数の人が難聴に悩んでいると言われている。

難聴と同様に、高齢者に多い病気として知られているのが、認知症だ。2025年には、高齢者の5人に1人が認知症になると言われている。

近年では、高齢者にと

って身近な難聴と認知症が大きな関わりをもつことが明らかになっている。17年、イギリスの権威ある医学誌「Lancet（ランセット）」で「認知症の発症リスクのうち、35%は生活習慣などを改善することで予防可能」という論文が発表され、九つの危険因子が提唱された。その危険因子の中で、最もリスクが高いとされたのが中年期（45〜65歳）の難聴だ。20年の発表では三つの危険因子

が追加され、「認知症の発症リスクのなかで予防可能なものは全体の40%」と改訂されたが、それでも難聴は最もリスクが高かった。

発表されたデータでは、40%のうち、8%が中年期の難聴という数字が示された。長年、認知症予防の研究に取り組み、鳥取大学病院脳神経内科で外来診療をおこなう浦上克哉医師はこう話す。

「研究する中で、聴力が低下している人ほど認知症を早く発症しやすいということがはわかっていました。専門家の間でもあまり注目されていませ

と、早くから補聴器を装着して聞こえを改善することが、認知症予防につながるというんです」

難聴は聴力の程度によって、軽度、中等度、高度、重度に分類される。高度以上になると会話が難しくなるため、補聴器の装用を検討する機会が多い。しかし土井医師は「将来的な認知症の発症を予防するためには、軽度、中等度の段階から補聴器を適切に装用するのが効果的」と話す。

「軽度、中等度であれば日常生活で困ることは少なく、本人も難聴を自覚しにくいかもしれません。しかし、認知症予防の観点から考えると、加齢で最初に低下しやすい高音域の難聴に対しても、補聴器で聞こえを改善することが大事なことです」

日常生活で困っていない

んでした。ランセットの発表で一気に関心が集まるようになったのです」

認知症予防の第一歩は耳鼻咽喉科の受診

なぜ、難聴があると認知症を発症しやすくなるのか。詳しいメカニズムは明らかになっていないが、浦上医師はコミュニケーションや社会的交流の低下を指摘する。

「例えば、熱心に地域の集まりに参加していた人が、難聴になって人の声が聞き取りにくくなったとします。最初は聞き返しても、頻繁になるとそれが申し訳なくなり、自

れば、耳鼻咽喉科の受診にはつながりにくい。「本人の自覚がなくても、呼びかけたのに応答がない、最近テレビの音量が大きいといったことに家族が気づけば、受診のタイミングです。スマートフォンで聴力を簡易的にチェックできるアプリも最近では利用できるようになりました（土井医師）」

日本は欧米と比較して、補聴器の普及率や満足度が低いという実情がある。補聴器に関するトラブルも多い。日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会では、同学会が認定する「補聴器相談医」の資格をもつ医師の診察を受けて、補聴器が必要と判断されたら「認定補聴器専門店」もしくは「認定補聴器技能

加齢性難聴 データ	
65歳以上の患者数	約150万人 (2010年総務省発表「全国難聴有病者数推計」)
かかりやすい性別	大きな差はないが、男性のほうが早く発症しやすい
かかりやすい年代	40代から聴力が低下し、65歳以降で急増する
主な診療科	耳鼻咽喉科
主な症状	加齢により聴力に関わる有毛細胞や聴神経が変性するなどとして、音が聞こえづらくなる
主な治療	根本的な治療法はない。補聴器や人工内耳で聞こえを改善することは可能

分があると迷惑をかける」と、集まりに参加しなくなっていくのです。外出の機会が減ることは、認知症のリスクを高めます」

難聴がある人に声をかけるときには、大声で話さなくても負担となる。同居する家族の間でも次第に最小限のことしか話さなくなり、会話が減りやすい。そして精神的にも落ち込み、社会から孤立していく。抑うつや社会的孤立は、前述のランセットが発表した危険因子にも含まれている。

そのほか、耳からの情報が減ることで、脳の機

能が使われにくくなり、認知機能に影響を及ぼすことなどが考えられる。

現在のところ難聴の根本的な治療法はなく、難聴に気づいていても放置する人が多い。難聴を自覚している人のうち、耳鼻咽喉科医もしくはかかりつけ医に相談したという人は半数にも満たないというデータもある。近

畿大学病院耳鼻咽喉科主任教授の土井勝美医師はこう話す。

「難聴があるのに補聴器を装用していない人は、認知機能の低下が早い」「補聴器を装用することで認知機能や記憶力が改善した」といった研究結果が世界中で報告されています。つまり、耳鼻咽喉科を早期に受診するこ

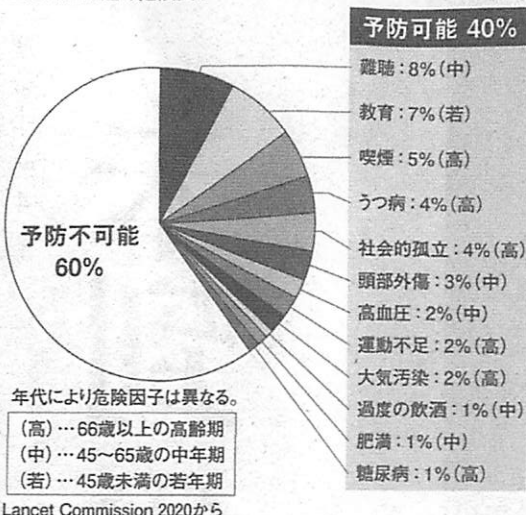
と、早くから補聴器を装着して聞こえを改善することが、認知症予防につながるというんです」

難聴は聴力の程度によって、軽度、中等度、高度、重度に分類される。高度以上になると会話が難しくなるため、補聴器の装用を検討する機会が多い。しかし土井医師は「将来的な認知症の発症を予防するためには、軽度、中等度の段階から補聴器を適切に装用するのが効果的」と話す。

「軽度、中等度であれば日常生活で困ることは少なく、本人も難聴を自覚しにくいかもしれません。しかし、認知症予防の観点から考えると、加齢で最初に低下しやすい高音域の難聴に対しても、補聴器で聞こえを改善することが大事なことです」

日常生活で困っていない

■認知症発症の危険因子



「軽度、中等度であれば日常生活で困ることは少なく、本人も難聴を自覚しにくいかもしれません。しかし、認知症予防の観点から考えると、加齢で最初に低下しやすい高音域の難聴に対しても、補聴器で聞こえを改善することが大事なことです」

日常生活で困っていない



鳥取大学医学部 保健学科教授
耳鼻咽喉科 浦上克哉医師



近畿大学病院 耳鼻咽喉科主任教授
耳鼻咽喉科 土井勝美医師