

Hear better. Live better.



健康寿命をのばす国民運動
Smart Life Project

スターキー・ジャパンは厚生労働省が実施する「スマート・ライフ・プロジェクト」運動を応援しています。



スターキー・ジャパン株式会社

〒222-0033 神奈川県横浜市港北区新横浜2-6-23 3F
Tel.045-475-9701 Fax.045-475-9706

www.starkeyjp.com

0120-045-190

フリーダイヤル

スターキー・ジャパン 検索

第2種医療機器製造販売業許可番号:14B2X00027

◆難聴と健康（動画解説）
www.starkeyjp.com/hearing-wellness

Hear Better. Live Better.
ブログ公開中！



©スターキー顧客満足度向上推進プロジェクトとして作成しました。
BROC166-00-JJ-JP JPYBR-166



MD84856/ISO13485
2020年9月作成

アメリカの調査資料に基づいた
きこえの為に

難聴 健康

ポケットガイド



人生を、より健康で
豊かにするために。



健康で幸せな
毎日を送る為に
知っておくべき
ことがあります。

“きこえ”の健康は
心や身体の健康だけでなく、
生活の質の向上につながっています。

Contents



難聴の実態	4
難聴の種類	6
難聴の原因	8
難聴の危険因子	10
難聴による生活への影響	12

難聴の実態【アメリカにおける難聴】¹



1IN3

60才以上の3人に1人が
難聴とされています。

1IN6

ベビーブーム世代と言われる
50代～60代の6人に1人が
難聴とされています。



1IN14

ジェネレーションX世代と呼ばれる
30代後半～50才未満の14人に1人は
すでに難聴であることを自覚しています。



1IN5

10代の若者の5人に1人が
何らかの難聴であることが
報告されています。



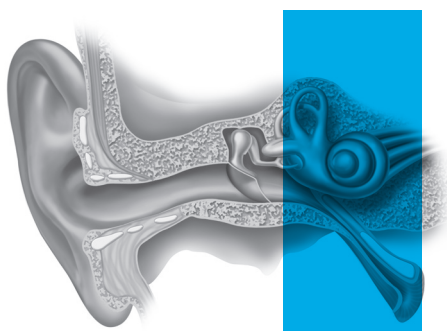
アメリカの高齢者にとって、
難聴は関節痛、高血圧に次いで
3番目に一般的な慢性疾患とされています。²

難聴を患う



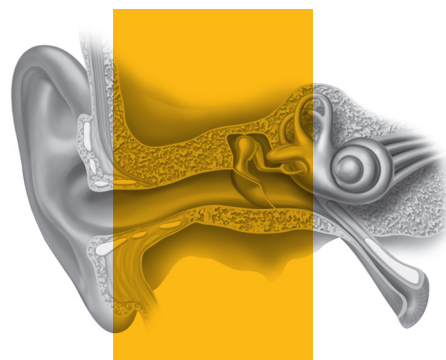
90-95%の人々が
補聴器の使用が有効とされています。³

難聴の種類 ～早期発見でより効果的な対処を～⁴



◎感音性難聴

内耳（蝸牛）や、内耳と脳をつなぐ神経経路が損傷を受けることにより起こります。慢性的な難聴の中では一番一般的なタイプ。ほとんどの場合、内科的処置や外科的手術では治療が難しいです。



◎伝音性難聴

音が外耳道を通じ、鼓膜から中耳内の小さな骨（耳小骨）にうまく伝わらないことにより起こります。ほとんどの場合、内科的処置や外科的手術により治療が可能です。



定期的な視力検査や歯科検診のように、聴力測定を受けてみませんか？

難聴の原因

～さまざま な要因が組み合わさって難聴を引き起こす～

65才以上の1/3の人が難聴でありながら
何も対処せずに過ごしています。⁵

◎老齢性難聴 — 加齢による難聴

- ▶ 加齢、もしくは生活環境で長期的に騒音にさらされたことにより引き起こされます。
- ▶ 恒久的な内耳機能の変化が関係しています。

◎社会環境性難聴 — 騒音による難聴

- ▶ 内耳有毛細胞や蝸牛の損傷により引き起こされます。
- ▶ 突然、または徐々に進行します。
- ▶ 20歳～69歳のアメリカ人の約2600万人が、仕事やレジャーなどで大きな音や騒音にさらされた高音域の難聴であるといわれています。⁶

◎先天性難聴 — 遺伝的要因による難聴

- ▶ 難聴のある家系によって引き起こされます。

◎耳毒性難聴 — 薬物による難聴

- ▶ 処方箋や店頭で購入できる薬の200以上が、中毒性の難聴を引き起こす可能性があると言われています。⁷
- ▶ アスピリン、特定の抗生物質、一部の抗がん剤や麻酔薬などに耳毒性成分が含まれています。

難聴の危険因子



骨粗しょう症にも難聴のリスクがあることをご存じでしたか？

中耳内の耳小骨のミネラル不足が伝音性難聴を引き起こします。¹¹



◎喫煙

喫煙者の難聴のリスクは非喫煙者の1.69倍。非喫煙者より**70%も**難聴になるリスクが高くなります。⁸



◎高血圧

高血圧は難聴に大きく関係しています。高血圧が、加齢による**聴覚機能の低下を促進**させると言われています。¹²



◎循環器系疾患

低周波数帯の難聴が、心臓疾患のリスクを高めると言われています。¹⁰



◎糖尿病

糖尿病患者における難聴のリスクはそうでない人と比べて**2倍**。⁹

難聴による 生活への影響

加齢は、認知機能を低下させます。
認知機能の低下は、コミュニケーション能力だけでなく、記憶障害や転倒などの事故への注意力を低下させます。



◎難聴と認知症

難聴の高齢者は健聴の高齢者と比べて、認知症を発症する可能性が著しく高くなる傾向にあります。¹⁴

軽度難聴の高齢者は、
認知症を発症する可能性が**2倍**。

中等度難聴の高齢者は、
認知症を発症する可能性が**3倍**。

重度難聴の高齢者は、
認知症を発症する可能性が**5倍**。¹⁵



◎難聴と記憶

難聴者は健聴者に比べて思考や記憶力が低下する傾向にあります。

これは、難聴者が健聴者に比べて、脳内で音を処理する際に使う消費エネルギーが高く、脳に負担がかかっているからです。

75才以上の難聴をそのままにしている人は、難聴ではない人と比べて、30～40%思考能力の著しい低下を経験しています。¹³



◎難聴とメンタルヘルス

- ・ 難聴は社会的孤立を招きます。難聴が家族や友人との関わりから遠ざけます。
- ・ 50歳以上の難聴者は、落ち込みや不安、怒り、欲求不満、情緒不安定などを生じる傾向にあり、補聴器装用者よりも**社会活動を拒む傾向**にあります。¹⁶
- ・ 抑うつなど心の問題の程度によって難聴を悪化させることがあります。



◎難聴と耳鳴り

- ・耳鳴りの一般的な原因は、騒音被害や老化、頭部損傷、薬の副作用などです。¹⁹
- ・4500万人以上のアメリカ人が耳鳴りに悩んでいます。¹⁹



◎難聴と収入

補聴器装用者は、補聴器を装用していない難聴者よりも**失業率が低い**傾向にあります。²⁰



◎難聴と転倒

軽度の難聴者（25dBHL程度）で、転倒の危険性が**3倍高まる**と言われています。²¹



難聴は、ご本人ではなくご家族やご友人など身近な人が最初に気づく傾向にあります。
専門家に相談する際は、ご家族やご友人にも同行してもらいましょう。

参考文献

- 1 Better Hearing Institute. (2004). Prevalence of Hearing Loss. Retrieved from: <http://www.betterhearing.org/hearingpedia/prevalence-hearing-loss>
- 2 National Academy on an Aging Society. (1999). Challenges for the 21st Century: Chronic and Disabling Conditions. Retrieved from: <http://www.agingociety.org/agingociety/pdf/chronic.pdf>
- 3 Better Hearing Institute. [n.d.]. Hearing Loss Treatment. Retrieved from: <http://www.betterhearing.org/hearingpedia/hearing-loss-treatment>
- 4 Johns Hopkins Medicine. (2014). Hearing Loss Linked to Accelerated Brain Tissue Loss [News Release]. Retrieved from: http://www.hopkinsmedicine.org/news/media/releases/hearing_loss_linked_to_accelerated_brain_tissue_loss_
- 5 World Health Organization. (2013). Millions of people in the world have hearing loss that can be treated or prevented. Retrieved from: <http://www.who.int/pbd/deafness/news/Millionslivewithhearingloss.pdf>
- 6 National Institute on Deafness and Other Communication Disorders. [2014, March]. Noise-Induced Hearing Loss. Retrieved from: <http://www.nidcd.nih.gov/health/hearing/pages/noise.aspx>
- 7 Cone, B., Dorn, P., Konrad-Martin, D., Lister, J., Ortiz, C., & Schairer, K. [n.d.]. Ototoxic Medications (Medication Effects). Retrieved from: <http://www.asha.org/public/hearing/Ototoxic-Medications/>
- 8 Cruickshanks, K., Klein, R., Wiley, T., Nondahl, D. M., & Tweed, T. S. (1998). Cigarette smoking and hearing loss: the epidemiology of hearing loss study. Retrieved from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9624024>
- 9 American Diabetes Association. (2013). Diabetes and Hearing Loss. Retrieved from: <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/seniors/diabetes-and-hearing-loss.html>
- 10 Friedland, D. R., Cederberg, C., & Tarima, S. (2009). Audiometric pattern as a predictor of cardiovascular status: Development of a model for assessment of risk. The Laryngoscope, 119:4733-486. Retrieved from: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/lary.20130/abstract>
- 11 Babich, M., Hoffmeister, D. & Doughty, A. (2009). Osteoporosis and Conductive Hearing Loss_A Novel Model of Clinical Correlation. PHILICA.COM Article number 148. Retrieved from: http://philica.com/display_article.php?article_id=148
- 12 Agarwal, S., Mishra, A., Jagade, M., Kasbekar, V. & Nagle, S. K. (2013). Effects of Hypertension on Hearing. Indian J Otolaryngol Head Neck Surg. 65(Suppl 3): 614-618. Retrieved from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3889339/www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3889339/>
- 13 Lin, F. R., Yaffe, K., Xia, J., Xue, Q., Harris, T.B., Purchase-Helzner, E., .. Simonsick, E.M. (2013). Hearing Loss and Cognitive Decline in Older Adults. JAMA Internal Medicine, 173(4), 293-299. doi:10.1001/jamainternmed.2013.1868
- 14 Lin, F. R., Metter, E. J., O'Brien, R. J., Resnick, S. M., Zonderman, A. B., & Ferrucci, L. (2011). Hearing loss and incident dementia. JAMA Neurology, 68(2), 214-220. doi:10.1001/archneur.2010.362.
- 15 Johns Hopkins Medicine. (2011). Hearing Loss and Dementia Linked in Study. Retrieved from: http://www.hopkinsmedicine.org/news/media/releases/hearing_loss_and_dementia_linked_in_study
- 16 The National Council on the Aging. (1999). Untreated hearing loss linked to depression, social isolation in seniors. Audiology Today, 11 [4].
- 17 Reinemer, M., & Hood, J. (1999). Untreated Hearing Loss Linked to Depression, Social Isolation in Seniors. Audiology Today, 11(4). Retrieved from: <http://www.audiology.org/publications-resources/document-library/untreated-hearing-loss-linked-depression-social-isolation>
- 18 U.S. Department of Health & Human Services, National Institutes of Health, National Institute of Deafness and Other Communication Disorders. (2015). Tinnitus. National Institute on Deafness and Other Communication Disorders. Retrieved from: <http://www.nidcd.nih.gov/health/hearing/pages/tinnitus.aspx>
- 19 American Tinnitus Association. [n. d.]. Understanding the Facts. Retrieved from: <https://www.ata.org/understanding-facts/causes>
- 20 Kochkin, S. (2010). The efficacy of hearing aids in achieving compensation equity in the workplace. Retrieved from: http://old.betterhearing.org/pdfs/hearing_aids_and_employment.pdf
- 21 Johns Hopkins Medicine. (2012). Hearing Loss Linked to Three-Fold Risk of Falling. Retrieved from: http://www.hopkinsmedicine.org/news/media/releases/hearing_loss_linked_to_three_fold_risk_of_falling