

聽力損失及其預防與治療

聽覺是人類重要的感覺。沒有聽覺就沒有語言的發展，人與人之間就無法溝通。所以聽力損失對日常生活、工作、娛樂等都有很大的影響。聽損嚴重的病人就好像與他人及社會隔絕了一般，引起很大的障礙，降低了生活品質。還不止如此，聽損還會引起很多其他的「共病」，如焦慮、憂鬱，甚至跌倒、失智。聽損與失智的關係是最近十年來熱門的話題。經由流行病學的研究顯示，聽力損失會增加失智的風險，有的研究甚至說風險會增加至五倍。任何年齡引起的聽損都會影響認知功能。最近又發現若矯正聽損，如使用助聽器，則失智風險不會增加。至於聽損與失智的確切因果關係仍不明，一般認為接受外來的刺激降低，大腦認知就容易退化了。總而言之，聽損未治療或矯正，引起的後果是不容輕忽的。

聽力損失是一種常見的病狀，各年齡層都有可能發生。新生兒有千分之 3 的機會有先天性聽損，幼兒期則是好發中耳炎。青少年和年輕人長久使用耳機聽音樂易造成噪音型聽損，中年期有各式耳部疾病可引起聽損。老人家則聽力退化的比例很高：65 歲約 1/3、75 歲約 1/2、85 歲約 8 成的人都有顯著的聽力退化。聽力損失的自覺症狀是常覺得與人溝通困難，聽不到或聽錯，電視要開愈來愈大聲，一直要別人重複講話等；若有以上情形，一定要尋求耳鼻喉科醫師與聽力師專業的協助，才不會落入以上所提聽損的障礙與共病中。

若是診斷有聽力損失，要如何治療呢？應要針對不同的病因。比如說耳垢栓塞或中耳積水，在門診把耳垢取出或積水吸出，聽力馬上改善，病人會驚呼「神醫」！有些中耳炎或耳硬化症的患者可經由中耳手術改善聽力。但可惜超過 8 成聽損是內耳毛細胞或聽神經的病變，目前無法用手術或藥物治療，只能藉助助聽器或人工電子耳來改善。在這強調電子耳是一種將電極植入內耳的裝置，需手術，價格昂貴，目前多用於「極重度聽損」的患者。換言之，大部分的聽損患者需要的是助聽器。提到助聽器，許多人都有負面的印象，估計臺灣只有約 5% 的聽損患者使用助聽器，使用率較歐美先進國家有很大的進步空間。大多數不戴的人都是因為不只語音，噪音也放大，以致變得很吵，或在吵雜環境之下效果不彰等。當然現在助聽器太貴也是原因之一。事實上現在助聽器科技進步，戴上後有一段時間適應，加上在正確的環境下使用，一定是對溝通有助益的，如此不但對患者有幫助，家人在與病患說話時，也不會那麼吃力。

既然大部分的聽損沒有有效的治療方法，我們可以早期診斷發現，或做聽力的保健及聽損的預防。同樣的，針對不同的聽損原因。對於先天型聽損，目前有新生兒聽力篩檢或基因篩檢，早期發現聽損兒給予助聽器或電子耳治療，加上聽語復健，效果十分好。幼童易因感冒引起中耳炎，或中耳積水，家長應特別注意就醫，以免將來變成慢性中耳炎影響聽力。青少年使用耳機聽音樂或工作娛樂暴露於噪音之下時，應注意避

免過大聲音，且應適度休息，以免發生不可逆的聽神經損害。中壯年有任何耳部不適的症狀，包括耳鳴、暈眩、急性聽損，應儘速就醫，有些可以有效治療。至於最常見的聽力老化，由於原因可能是多源性的，影響因素包括遺傳、噪音暴露，全身性疾病（如糖尿病、高血壓、心血管疾病等）、不良習慣（抽菸、喝酒、肥胖）等，都可能與老年性聽損有關。所以預防著重於避開噪音、控制全身性疾病，及健康的生活型態。若聽力老化減緩，生活品質較佳，也可減少心理疾病及失智的發生機會。

耳鼻喉部主治醫師 劉殿楨

NTU