

音を聞き分ける力は「脳」が補います。

補聴器にできることは音を大きくすること。

補聴器は「自分に足りない音を大きくする」「騒音の中で言葉だけ聞き取りやすくする」など自分の聞こえに合わせて音を大きくすることができますが、聞き分けをはっきりとよくすることはできません。音を聞き分ける力は徐々に「脳」が補います。補聴器を使って「耳と脳のリハビリ」を行い、トレーニングしましょう。



補聴器の練習 (脳のトレーニング)

聞こえが悪くなると、脳が萎縮し「難聴の脳」になっていきます。補聴器を使った会話は、「難聴の脳」となった脳の機能をもう一度使うこと。補聴器を使うことは「耳と脳のリハビリ」で、以下のことが大切になります。



◎常時使用する

付けている時間が短いと脳が変化しないので、朝起きてから寝るまでの間、常に補聴器を付けましょう。

◎最低3ヶ月つける

3ヶ月続けることで、「難聴の脳」が変化し、補聴器が使い続けられるようになります。途中でやめてしまうと脳が変化しません。

ワンポイント
アドバイス！

最初は小さな音でもうるさく感じますが、そこを頑張るとよい補聴器調整ができます。

◎段階を経て調整する

○補聴器の音量

小さい音

徐々に
大きく

○使用する環境

静かな場所

にぎやかな
場所

○話をする相手

1体1

複数の人
との会話

監修：日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会山梨県地方部会 補聴器キーパーソン

参考：新潟県版パンフレット「正しく知ろう耳の聞こえと補聴器」

発行者：山梨県福祉保健部 健康長寿推進課



正しく知ろう 耳の聞こえと 補聴器

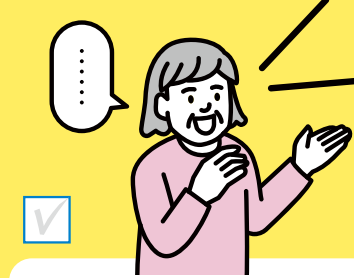


聞こえのチェック

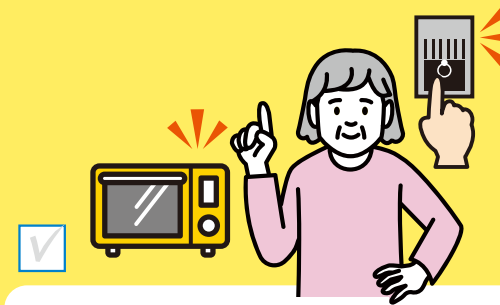
年齢を重ねるとともに「聞こえ」は少しずつ悪くなります。ゆっくりと変化するため、ご自分では気がつかないこともあります。聞こえについて確認してみましょう。当てはまるものに✓を付けてください。



✓
会話をしているとき、
聞き返すことが
よくありますか。



✓
相手の言った内容を
聞き取れなかったとき、
推測で言葉を判断する
ことがありますか。



✓
電子レンジの「チン」という音や、
ドアのチャイムの音が
聞こえづらいと
感じるがありますか。



✓
家族に、
「テレビやラジオの
音量が大きい」と
よく言われますか。



✓
大勢の人がいる場所や
周りがうるさい中での会話は、
聞きたい人の声が聞こえづらいと
感じますか。

当てはまら
なかった方
↓
中面 A へ

1つでも
当てはまった方
↓
中面 B へ