

老人听力下降别不当回事儿

养成这些好习惯让耳聋早点找上门

随着年龄增长,不少高龄老人听力开始下降,但很多人不重视,觉得“聋了就聋了”。对此,太和医院耳鼻喉头颈外科专家提醒,听力下降不但直接导致沟通障碍,避险能力下降,严重的还会影响老人身心健康,因此需要重视并尽早治疗。

■记者 曾雨



老人听力下降 不只是生理功能退化所致

70岁的陈大爷两年前出现“耳背”情况,家人和他说话,经常没有回应。为了方便联系,陈大爷的子女给他配了一部老年手机,但有时候,即便电话铃声调到最大,他也听不见。

子女建议到医院检查,但陈大爷觉得听力减退是衰老所致,很正常,没有必要检查。

太和医院耳鼻喉头颈外科副主任医师朱俊介绍,进入老年以后,人的听觉系统会出现退化现象,并导致听觉系统功能障碍,这种因年龄增长而导致的听觉系统退化与听力下降,被称为老年性耳聋。此外,还有一些病理性原因也会造成听力下降,并被划分为传导性聋、感音神经性聋及混合聋。“传导

性聋是指内耳功能完好,声音传导出现障碍导致耳聋,主要为外耳、中耳疾病,以中耳炎最为常见。”朱俊介绍,感音神经性聋则主要是内耳、听神经或听觉中枢病变,导致对声音的感受和分析出现障碍,主要为老年性聋、突发性聋、药物性聋等。混合聋则是传导性聋和感音神经性聋皆有,常见疾病有慢性化脓性中耳炎,其在累及传音结构的同时,细菌、毒素或炎症累及内耳,导致感音神经性聋。

朱俊表示,当家里的老人出现听力下降的情况,建议及时到医院耳鼻喉头颈外科诊治,由医生筛查、诊治,进行对症治疗。如果是慢性中耳炎,可以通过手术治疗改善。

这些好习惯 可让耳聋症状晚点来

老年人如何预防耳聋,延缓听力下降?朱俊表示,老年人耳聋的情况因人而异,但只要身体机能好、营养全面、身体健康,一定能让耳聋症状晚点来。

建议老人生活习惯要规律,适当运动,低油少盐少糖饮食。要正常起居,保证充足的睡眠。要注意劳逸结合,避免劳累和精神紧张。要远离噪声。

此外,不少老人患有高血压、糖尿病、高血脂等基础病,而基础病的治疗和耳朵都是有关系的。建议有基础病的老人,必要时到医院做一些听力检查,看看到底有没有听力的问题。

老年人要戒烟限酒,因为尼古丁和酒精会直接损伤内耳和听神经,长期大量吸烟、饮酒还会导致心脑血管疾病的发生,致内耳供血不足而影响听力。

要避免耳朵进水。硬块盯聆可以形成栓塞,耳朵进水,盯聆变软膨胀,影响听力,刺激耳道,引起发炎。如果耳膜已经穿孔,则不要游泳,以免引起各种疾病的复发。

另外,老人血管弹性差,情绪激动很容易导致耳内血管痉挛,保持好心情是避免老年性耳聋的法宝。当出现听力障碍时,要及时就医,早发现、早干预、早治疗。

听力下降置之不管 影响老人身心健康

“即便是正常生理衰老导致的听力下降,也不能置之不管,任其发展,最终让听力在不知不觉中丧失。”朱俊说,不管是老人自己还是家属,都应该对老人听力下降征兆有所警觉。

而老人听力下降的征兆往往包括,只闻其声,不懂其意;经常要求他人重复说话;经常听错他人说的话;经常要求把电视音量开大;对一些常人感觉正常的声音敏感、难受,往往不喜欢嘈杂的环境,一旦出现这些征兆,要引起重视。

在接诊过程中,朱俊发现不少老人对听力下

降存在误区。比如认为耳聋是年老之后的正常现象,不愿治疗,但实际上,置之不管会导致听力持续下降并丧失,影响老人身心健康。“还有的老人坚持不戴助听器,认为会越戴越聋。但真实情况是,助听器不但不会让人产生依赖,对部分患者还能起到一定的延缓耳聋的作用。”朱俊介绍,大家在选择助听器时,一定要到专业、正规机构进行验配。此外,随着耳内镜技术的运用,耳朵手术可以实现更微创、效果更好、恢复更快,中耳炎等疾病可以通过手术得到很好的治疗。

用心人大药房 | 您信赖的专业平价药房
YONGXINREN DISPENSARY | 客户服务热线 400 0498 123

3.8 最美女神节

活动时间: 2023.3.4-3.8

3 保健养生惠

购汤臣倍健 善元堂 安琪纽特保健品系列
养尊堂 草晶华 金贵 恒修堂养生中药系列

满120元立减38元

加送抽纸一提

4 满额送好礼

购正价活动商品满68元	购正价活动商品满108元
送 三联包抽纸一提 或塑料凳一个	送 800G抽纸一提 或婴儿抑菌皂露一壶
购正价活动商品满188元	购正价活动商品满388元
送 1.8L食用油一壶 或10斤大米一袋	送 5L食用油一壶 或被子一床

所有活动优惠均不同时享受