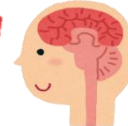




難聴

と

認知症



～“耳の聞こえ”と“物忘れ”の関係性～

認知症予防 に影響力が大きい“難聴” 対策

●[中年期]における改善が可能な 認知症の因子とその相対リスク※

認知症の研究が進むにつれ、発症の様々な危険因子が分かってきました。
本人が気を付ければ改善可能な因子の改善により、認知症の40%は進行を遅らせる、または予防できる可能性があると言われています。

※その危険因子を持つ人が、持たない人に比べてどのくらい認知症になりやすいかを示す。
出典:Livingston G, et al.The Lancet, 2020

危険因子	リスクの割合
難聴	7%
外傷性脳損傷	3%
高血圧	2%
肥満	1%
飲酒	1%

つまり、
難聴が改善すれば、認知症の方の割合が7%減ることになります。



聞こえのセルフチェック

「聞こえ」のセルフチェック

1. 会話をしているときに聞き返す。 ☐
2. 後ろから呼びかけられると、気づかないことがある。 ☐
3. 聞き間違いが多い。 ☐
4. 話し声が大きいと言われる。 ☐
5. 見えないところからの車の接近に気づかない。 ☐
6. 電子レンジなどの電子音が聞こえない。 ☐
7. 耳鳴りがある。 ☐

～ セルフチェックの結果～

0個

現在の聞こえに問題はなさそうです。
聞こえに不調がある場合には、聴力検診を受けてみましょう

1-2個

実生活でお困りのことがあれば、耳鼻咽喉科を受診しましょう

3-4個

耳鼻咽喉科で相談してみましょう

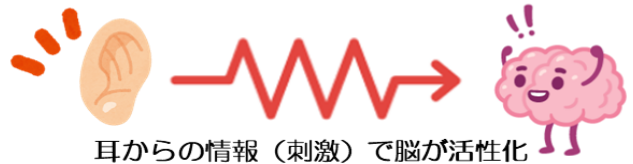
5個以上

早めに耳鼻咽喉科を受診することをお勧めします

<参照：一般社団法人日本補聴器販売店協会 HP >

聞こえ方で変わる、脳の働き

● 正常な聞こえの状態 ●



● 難聴の状態 ●



<参照：一般社団法人日本耳鼻咽喉科頸部外科学会 HP>

早期に

① **「聞こえづらさ」に気づく**

② **受診・治療をする**

ことが大切です！