



診察室

ざっくばらん

危険因子一番 耳のケア大事

難聴と認知症

風が吹けば桶屋が儲かるという。それでは、ランチを取れば施設が儲かるといってもよいのだろうか。

ある日、昼ご飯のため、ある繁盛店に入った。エライ目に遭った。周りにはほとんどが女性で、老いも若きも大声だ。姦しいとはこのことか。いや、失礼。男だっておしゃべりしている。酒が入れば、女性以上に騒々しい。だが、皆さん。いつから、こつも無遠慮に大声で話すようになったのか。個人情報流出には過敏な割に、話題は個人的なことばかり。携帯電話が普及してから、日本人の精神構造が変わったのか。

喧しくて、話がよく聞こえない。で、どんどん、お互いの声が大きくな

なっていくのか。それとも、この頃の若いひとたちにも、すでに、自覚のない難聴が始まっているせいかな？

街の中に、交通騒音や工事現場の音があふれている。大音量で音楽を楽しむひとも多い。若くして騒音性難聴になっても不思議ではないかも。

そんな若いひとの難聴が増えてくれば、認知症の患者さんが多くなる。そのための施設も増えることになる。実は、難聴こそ認知症の一番大きな危険因子だという論文があるのだ。45歳以降の中年期の難聴をなくすことができれば、約9%の認知症を減らすことができるという。

難聴になると、いつも音を聴き取る努力が必要になってくる。そのために脳の負担が増える。結果、本来の認知作業に当てられる割合が減る。そのせいで認知症が起きやすいという仮説があるのである。ま、この仮説には、反論もあるう。だが、認知症になりたくないなら、もっと耳を大事にしたほうがよいことに違いない。

誰だって年を取れば、加齢性難聴で少しは耳が遠くなる。が、ランチのせいで認知症になるなんてゴメンだ。次からは、お客さんの少ない店を選ぶことにしよう。

(石黒修三 いしぐろクリニック)

・脳神経外科専門医、金沢市在住、射水市出身)



イラスト・野畑桃花