

# 小森耳鼻咽喉科医院だより

VOL.17



## ご挨拶



明けましておめでとう  
ございます。今年も皆様  
が健やかに過ごされるこ  
とを心からお祈りいたし  
ます。

正月は、お酒を飲む機  
会が大変に多い季節で

す。飲み過ぎは決して健康によいものではありませんので、くれぐれもお酒は適度に楽しんでいただきたいものです。しかし正月だけは適度にといいかない場合もありますので、少しだけ二日酔い対策のヒントを差し上げます。

二日酔いにはビタミンCが効果があるのです。動物実験では、ビタミンCが二日酔いの原因となるアセトアルデヒドという物質の毒性を軽減してくれることがわかっています。ただし、二日酔いの症状が出てからでは効果はほとんどありません。ですから、酒を飲み過ぎたなと思ったら、二日酔いが出る前にビタミンCを飲んでおくことがポイントです。

飲み過ぎたなと思ったら、寝る前にビタミンCを飲んでおきます。すると翌日は頭痛などの二日酔い症状が出にくくなるのです。ビタミンCはお酒の前に飲むと酔いにくくなるという効果もありますが、これは飲み過ぎの原因にもなりますので止めた方がよさそうです。

また、ビタミンEはお酒によりいためられる肝臓を保護する効果がありますので、飲み過ぎたと思ったら総合ビタミン剤を飲んでおくのは一つの対策になるでしょう。しかし、重ねてご注意くださいように、健康のためには適度な飲酒が一番大事なことです。

# 最新耳鼻咽喉科トピックス 老人性難聴

誰でも多かれ少なかれ、年をとると耳の機能は落ちてしまいます。今後の高齢化社会の進展に伴い、難聴の中でも老人性難聴は、特に大きな問題になってくると思われまます。

老人性難聴は、最初に高音が聞き取りにくくなり、次第に会話全体が聞き取りにくくなります。内耳の中にある音を受けとめる神経細胞は20代の後半には、もう老化が始まるといわれています。45歳を過ぎる頃からその老化は加速し、60代になるとかなりの数の神経細胞が変質して働かなくなります。

神経細胞の問題もさることながら、内耳から大脳までの経路も老化するので、言葉の聞き取り能力も低下します。また音の分析を行っているのが大脳ですので、その大脳が老化することによって、言葉のスピードにもついていけなくなります。

こうしたことが総合して起こることが老人性難聴です。

老人性難聴は治療することはほとんどできません。ビタミン剤が使用されたこともありましたが、ビタミン剤も含めて薬剤で聴力を回復することは困難なことが分かりました。会話に不自由を感じるようになったら、補聴器を購入して落ちてしまった耳の機能を補助してやらなければなりません。

補聴器を購入するには、直接デパートなどで買うのではなく、耳鼻咽喉科を受診して検査を受けて補聴器の試験

をしてもらえる店を紹介してもらおうべきです。補聴器はなかなか調整が難しいので、きちんとした検査が大変重要です。

以前の補聴器は雑音ばかり入って聞き取りにくいこともあり、「補聴器はダメだ」と思っているお年寄りも多いかと思いますが、最近では技術の進歩により、性能の優れた補聴器も登場しています。以前は強大な音がそのまま補聴器を通して入ってきたので不快感をもった人も多いのですが、最近では音を一定のレベルに抑えてしまうシステムも組み込まれています。

老人性難聴で、周りの人との会話が少なくなると、脳の機能もさらに低下してしまい、老け込み方が早いといわれています。周囲の人も積極的に話しかけて、会話をなるべく取るようにすべきです。

## 老人性難聴の特徴

- 最初に高音が聞き取りにくくなり、次第に会話全体が聞き取りにくくなる
- 内耳の中にある音を受けとめる神経細胞は20代の後半には、老化が始まる
- 45歳を過ぎる頃からその老化は加速し、60代になるとかなりの数の神経細胞が変質して働かなくなる

小森耳鼻咽喉科医院だより VOL.17 発行 小森耳鼻咽喉科医院 編集 日経メディカル開発

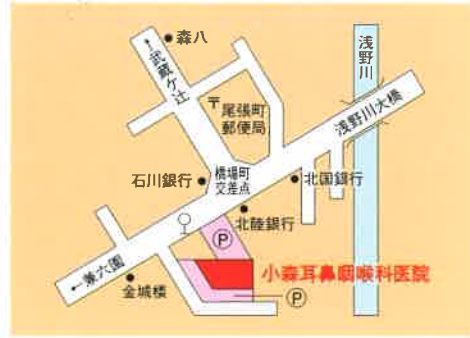


## ＜スタッフ紹介＞



中出 明美  
(主任看護婦)

明けましておめでとうございます。  
当院に勤務して、早いもので、10年になります。  
家では、長男が中学生になり、たったひとつの弁当作りに、弱音をはいている、頼りない母です。  
これからも、皆様が気持ち良く診療を受けて頂けますよう、初心に帰ってお手伝いさせて頂きたいと思ひます。  
よろしくお願い致します。



- 診察科目 耳鼻咽喉科、気管食道科 手術および入院施設有り
- 診療時間 月 曜/AM8:30~12:00 PM1:30~5:00  
火曜~金曜/AM8:30~12:00 PM1:30~5:30  
土 曜/AM8:30~12:00 PM1:30~3:00  
日・祝祭日・木曜日午後休診

金沢市橋場町3番9号 TEL.076 (221) 5027

# 小森耳鼻咽喉科医院