

難聴

このパートはご用心!!

- ヴォーカル ■ギター
- ベース ■ドラム
- キーボード ■DJ
- など全パート



聞こえの悪くなる状態。強大な音楽を聴いたために耳鳴りと難聴が急に発生する急性音響性難聴、ロック難聴、音響外傷などと呼ばれる急性の難聴、騒音性難聴、職業性難聴などの慢性の難聴、原因なく突然起こる感音性の突発性難聴などがある。

笠井耳鼻咽喉科クリニック
自由が丘診療室
院長 笠井誠先生



かさい はじめ ●1977年、千葉大学医学部を卒業。耳鼻咽喉科全般の診断と治療を行なう。花粉症、鼻炎、鼻づまり、イビキのレーザー治療や頭頸部腫瘍の手術的治療に取り組む。1999年には、笠井耳鼻咽喉科クリニック・自由が丘診療室を開院。

原因

- ・大音量を長時間聴く
- ・過度の疲労&ストレス

ロックコンサートやディスコでスピーカーの直前にいたときや、ヘッドホンで大きな音を聴いたときが、難聴の発生する非常に多いケースです。音楽としてはロック系のものがほとんどで、歌謡曲やクラシックではほとんど発生しません。ディスコやロック音楽などでは、コンサートにしてもヘッドホンでも100dB（デシベル=音圧を表わす単位）以上の強大な音響が持続することで難聴が発生します。



ライヴや練習はもちろん、ウォークマンのウォリュームを上げすぎるとも良くない。



▲メチャクチャ疲れてたり、ストレスを一杯感じているときは危険。

症状

- ・聴こえが悪くなる
- ・耳鳴り&めまい

それまでに何回も同じような大きな音楽を聴いても何でもなかった人に、ある日急に発生します。ですから、それまで悪くならなかったからといって安心できません。自覚症状としては耳鳴り、難聴、耳閉塞感、めまい感があげられます。右か左の片方、あるいは両側の耳鳴りと難聴がほとんどの人で出現します。聴こえが悪いという訴えがなくても、右と左で聴こえ方が違うとか、音が二重に聴



普段の会話ができなくなりつつあったりもして、日常生活の上でも不便になる。



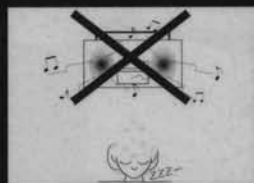
▲めまいがしたり、耳鳴りがしたり。こうなると、結構ツライ。

こえるという表現になることもあります。半数近くの方で、耳が詰まった感じを訴えます。めまいがするとかふらふらする感じという訴えも数パーセントの方に表われます。慢性的に大きな音に曝されている職業の人では徐々に難聴が進行することがあり、職業性難聴とか騒音性難聴と呼ばれています。また、突発性難聴の場合は、耳鳴り、耳閉塞感、めまいのほか、吐き気、嘔吐を起こすこともあります。

対処法

- ・大きな音を聴かない&安静
- ↓
- ・治らなければ耳鼻咽喉科へ

程度の軽い場合は、症状があっても、それ以降に大きな音を聴かないようにしているだけで、翌日くらいには自然に治っています。また、数日症状が続いているような場合でも、早期に治療を開始できた人は治る率が高いと言われています。1週間以上経っても難聴や耳鳴りが続いている場合は非常に治りにくいので、少しでも耳



程度が軽ければ、大きな音を聴かないようにして、なるべく安静にして様子を見てみよう。



▲自己治療を試みて良くならなければ、専門の耳鼻咽喉科に行ったほうが良い。

が変だと思ったらできるだけ早く耳鼻咽喉科を受診して、診断と治療を受けてください。耳鼻咽喉科ではビタミン剤、ステロイド、血管拡張剤、血流改善剤などのお薬が使われます。重症の場合には、入院して安静の上、点滴や高圧酸素療法などが行なわれることもあります。

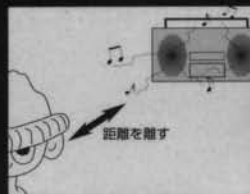
予防法

- ・スピーカーの直前は避ける
- ・耳栓をする（片耳だけでも効果的!）
- ・体調を整えてライヴに臨む

不測の事故によって起こる音響外傷は防ぎようがありませんが、職業上やむを得ず騒音環境にさらされることがわかっている場合や、大音響を発生する機器の使用や、ロックコンサートでは演奏者も観客もスピーカーの直前を避けることです。あらかじめ耳栓を使用することも、大変有効な手段です。耳栓をしても低音部は体感できますから、演奏や臨場感にさほど影響は出ないはず。また、音楽の練習中でも病氣は発生しますから、音量を絞り、



薬局などで売っている耳栓を、片耳だけでも使ってみるのも効果的。



練習にしてもライヴにしても、スピーカーの直前は避けたほうが良い。

休憩などをはさんで耳を休ませることで。そして、過労や睡眠不足、飲酒の状態ではコンサートに行かない、そのような状態では演奏しないこと。それから、ヘッドホンでロック系音楽を大音量で日常的に聴取することは、耳にとって非常に危険な行為です。大きな音を聴いている状況下で、少しでも耳鳴りや耳閉塞感や耳に違和感を感じたらすぐに止めるかその場から避難することが大切です。