



耳鼻喉專科
邱騏驄醫生

年紀越大，聽力出現了問題不易察覺，即使有患者發現問題，或認為不影響生活便置之不理。早前有調查發現，本港60至65歲有一成半人有聽力下降情況，85歲以上人士則有逾八成有聽力損失。有耳鼻喉專科醫生提醒，聽力退化不單影響聽覺，還會影響生活質素及社交能力，甚至與腦退化有着密切關係，建議患者當出現重聽、耳道分泌物增加、短期內聽力改變等症狀，便應立即尋求醫生協助，有需要便要使用助聽器了。

聽力衰退屬於自然老化現象，比較可惜的是，就算影響到日常生活及同家人溝通，仍然有很多病人不願意正視這個問題。耳鼻喉科專科醫生邱騏驄指，聽力下降其實除了退化外，造成聽力損失的原因還包括慢性中耳炎，噪音傷害、突發性耳聾等。現時仍然偶然有較年長的病人，年輕時職業導致聽力受損，皆因當年沒有懂得好好保護。噪音會損害內耳的聽覺神經細胞，這些細胞受到損害後，便不能再復元，並會引致聽力減退甚至失聰。接觸噪音的時間愈長，聽覺受損的程度愈大，而無法根治，所以預防最為重要。損害聽覺的危險是決定於個人每日所接受的噪音劑量。根據科學研究所得，連續八小時處身聲級達八十五分貝的噪音環境，極可能對聽覺造成損害。

聽力退化除了影響日常生活，還會增加生活社交壓力，增加抑鬱症的出現。聽力問題原來還是令腦退化提早出現的獨立風險因素。人體是通過大腦來了解語意，訊息從耳朵注入聽覺系統，再由大腦處理訊息和辨識聲音，一旦聽力退化，大腦接收的刺激減少，

■經常要大聲對話。

揀助聽器三大要點

助聽器種類繁多，有耳內式，掛耳式，外置式等。價錢及功能亦有很大分別，建議病人無論揀哪款，都要留意以下三要點。

- 1. 清晰度：**在較靜環境，無論距離遠近都應能聽到對方的說話內容和語音；即使在較嘈地方，仍能接收到大部分說話內容。
- 2. 降噪度：**降噪比可減低雜聲，有效提升訊息清晰度，使用家長期佩戴也不會感到不適。
- 3. 功率度：**選擇能夠提高功率的助聽器，有助於聽力損失惡化時仍然有用，一般應可以使用五年左右。

影響言語識別能力、記憶力，容易引發腦退化症。同樣道理，患者或會因為語言接收清晰度變差，減少與他人互動，喪失應有的溝通能力，從而令自信心下降，慢慢造成社交孤立，甚至導致抑鬱。

邱騏驄說，由於聽力損失會衍生許多健康問題，因此如果發現有聽力損失可提早預防及就醫，就能減緩惡化的機會。一般而言，醫生會先為患者作耳道檢查、聽力檢查等檢查去找出病因，然後嘗試解決問題。一旦發現「聽力退化」，或者檢查後發現聽覺有缺損，建議可以佩戴合適的聽覺輔助器，且一般患者每6個月定時檢查及跟進佩戴情況及聽覺程度，以維持生活品質、以及社交生活。因此，若發現聽力出現問題，千萬不要拖延治療，應及早求醫。

年紀越大 聽力衰退 難察覺

嚴重可致腦退化 需助聽器保生活質素

發現聽不清楚應該怎樣做？

- 1. 醫生檢查：**去看醫生以排除或糾正聽力損失原因，例如耳垢或感染。並讓醫生測試你的聽力水平。
- 2. 評估聽力：**聽力學家將評估你的聽力，幫助選擇最合適的助聽器，並調整設備以滿足個人需求。
- 3. 最佳效果：**如果雙耳均有聽力損失，則使用兩個助聽器可獲得最佳效果。
- 4. 試用期限：**通常可獲得有試用期助聽器，期間佩戴一段時間以確定它是否適合自己再決定是否購買。
- 5. 耳模製作：**聽力中心會替病人進行耳模製作及助聽器調校。
- 6. 檢查保養：**確保助聽器包括在指定期限內涵蓋零件和人工的保修。

■經常聽不到會困擾長者。



■佩戴助聽器有助提升生活質素。

醫訊

治ADHD黃金期 數據首證6至8歲

仁愛堂史立德夫人青少年兒童醫療基金早前設立「專注力失調/過度活躍症（下稱ADHD）資助計劃」，由2016年至今先後於本港八區共資助461名來自基層的6至8歲ADHD學童，在輪候公立醫院兒童精神科專科門診服務期間，先接受私家精神科專科醫生的治療，控制病情。當中有370宗成功銜接至公立醫院兒童及青少年精神科繼續接受跟進。

為了解計劃成效，基金會最近利用問卷訪問了解343名參與資助計劃家長，邀請他們子女在接受精神科專科治療前及完成治療後填寫共兩次「學習行為評估量表」，並將掃碼自我評估前後兩次結果進行對比，結果發現74%家

長反映ADHD兒童在接受精神專科醫生治療後，他們的行為問題及ADHD徵狀均有改善，其中在6歲開始接受治療的ADHD兒童，其前後測比中位數相距，增幅約22%。7及8歲時接受精神科專科醫生診察的前後測比相若，增幅約13至15%，反映越早接受治療，成效越理想。

負責研究的精神科專科醫生丁錫全指出，過往文獻只證實藥物對ADHD兒童有效，今次是首次有研究數據證實6至8歲ADHD學童在藥物治療後的成效，證實ADHD有治療黃金期的說法。不過，仍有部分家長抗拒用藥物治療ADHD，他提醒家長，藥物治療能有效改善ADHD徵狀和行為問題，讓學童趕上學習進度，增強自信心，改善社交和人際關係。



■丁錫全（左3）指6歲開始是兒童學習黃金期，越早治療越理想。

若孩子出現疑似ADHD徵狀，欲參加計劃的基層家庭家長可自行先在網上進行自我評估，合資格的可直接聯絡基金會。



掃碼自我評估