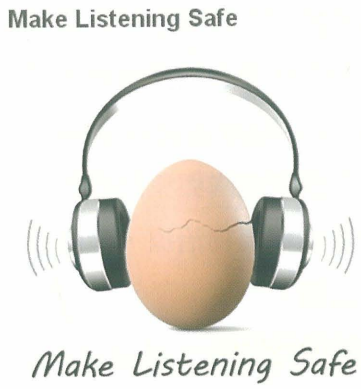
WHO is beating

2015年國際愛耳日：保護聽力
International Ear Care Day 2015: Make Listening Safe

文/醫療部 楊繡瑛 編譯



（WHO）

每年全世界有**11億**年輕人因為不安全的聽力使用習慣，而面臨聽力喪失的風險。

4300多萬12~35歲的人口患有殘疾性聽力損失。

在中、高收入國家中12~35歲的年輕人

Nearly 50%　近半數的人在使用MP3、智慧型手機等個人聲音播放裝置時，音量到大不安全的程度。

Around 40%　約40%的人身處夜總會、酒吧和運動競賽時，同時也暴露於可能傷害聽力的情況下。

2007年中國北京的聽力損傷預防與復健首次國際會議將3月3日訂為國際愛耳日，目的是為喚起全世界對於耳朵與聽力照護的注意和促進。

世界衛生組織及其夥伴每年會提出特定的主題和活動，今(2015)年的主題是「**保護聽力**」，旨在要喚起大眾去關心日益增加的因噪音而引起的聽力損失問題。

超過5%的世界人口(約3億6千萬，分別是3億2千8百萬名成人與3千2百萬名孩童)患有殘疾性聽力損失。這些人大多數居住於中、低收入國家。約有三分之一超過65歲以上的人有殘疾性聽力損傷，該年齡層聽力損傷情形在南亞、亞太地區和薩哈拉沙漠以南非洲地區最為普遍。

聽力損失與耳聾

一個人不具有與正常人相同的聽力(雙耳聽力閾值為25分貝或更好)時，就稱其有聽力損失。聽力受損可能是輕度、中度、重度或完全喪失。它可以影響單耳或雙耳，並導致難以聽到對話或響亮的聲音。

「重聽」是指聽力損失達中、重度。他們通常透過口語溝通，並且可以從助聽器、植入式人工耳蝸和其他輔助裝置以及字幕照片說明獲益。顯著聽力損失者可能受惠於植入式人工耳蝸。

「耳聾」的人有嚴重聽力損失的情形，意即很少或是完全沒有聽力。他們通常使用手語溝通。

聽力損失與耳聾的原因

聽力損失與耳聾的原因可區分成先天性或是後天性原因。先天性原因可能導致出生當下或是出生後不久即聽力損失；可以是遺傳和非遺傳性基因因素所造成，或者是懷孕或生產期間特定的合併症所引起的。後天性原因會在任何年齡造成聽力損失。慢性中耳炎是引起兒童聽力損失的主要原因。

聽力損失的影響

功能性影響

聽力損失的主要影響之一是個人與他人溝通的能力。耳聾的兒童通常有口語發展延遲的情形。

聽力損失與耳疾(如：中耳炎)會對兒童的學業表現有明顯的負面影響。然而當提供機會給聽力受損者，他們就可以在公平的基礎上進行參與。溝通可以透過口語/文字書寫或手語。

社會與情緒性影響

難以取得服務和與人溝通可以對每天的生活造成顯著影響，引起孤獨、孤立和沮喪感，尤其是聽力損失的老人。

如果先天聽力受損者在兒童時期未獲得學習手語的機會，他或她可能感到社交互動遭排斥。

經濟影響

在發展中國家，聽力損失和耳聾兒童很少接受到任何學校教育。聽力受損的成人有較高的失業率，而即使受雇，在和一般員工相較時仍有較高比率是任職於較低工作職級。改善獲得教育與職能復健服務的機會，以及提高尤其是雇主對於聽力損失者需求的認識，將可降低該族群的失業率。

此外，聽力損失也會顯著影響社區和國家的社會與經濟發展。

預防

過半的聽力損失案例是可利用初級預防加以防範。一些簡單的預防策略包括：

- 預防接種以防範兒童疾病，包含：麻疹、腦膜炎、德國麻疹和腮腺炎。
- 青春期少女和育齡期婦女於懷孕前接種德國麻疹疫苗。
- 對孕婦進行梅毒和其他感染的篩檢與治療。
- 改善產前和接近生產時的照護，包含促進安全生產。
- 遵循健康耳朵照護措施。
- 進行兒童中耳炎篩檢，並於後續採取適當的醫療或手術措施。
- 避免使用可能會傷害聽力的特定藥物，除非是經由合格醫師所開立的處方籤並要在其監督下使用。
- 轉介屬高危險群嬰幼兒去接受早期聽力評估，並於必要時即早診斷、適當治療。
- 藉由提高認識、相關法律的訂定與執行，以及鼓勵個人使用如耳塞、耳罩等保護裝置來減少暴露於職場或娛樂場所的巨大噪音之中。

發現和管理

早期發現和介入措施是減少聽力損失對兒童發展和學業成就影響的重要因素。藉由嬰兒聽力篩檢計畫早期發現與管理可以增進其語言和學業成就。耳聾的兒童和其家屬應該獲得機會學習手語。

學前、在學和職前耳疾暨聽力篩檢對於聽力損傷的發現與管理是有效的工具。

聽力損傷者可以利用助聽器、植入式人工耳蝸等助聽裝置，語言治療、聽覺復健和其他相關服務也有益於他們。但目前助聽器的產量還不足以因應全球10%及發展中國家3%的需求。在許多低收入國家或地區，缺乏助聽器裝配與維修服務甚至缺電池都成了障礙。在全球生產適當、買得起的助聽器且提供便利的後續維修服務將造福眾多聽力損傷者。

聽力損傷者可以透過學習讀唇語、書寫或印刷文字以及手語溝通。手語教學能幫助聽力損傷兒童，而電視節目提供字幕或手語翻譯有助於聽障者獲得訊息。確定官方版手語和增加手語翻譯人員尤其有助於改善手語服務的取得。人權立法和其他保護措施也可幫忙確保聽力損傷者融入社會。