



太田 亮 | おおたりょう

1975年生まれ。  
2000年旭川医科大学卒業。  
旭川医大病院等勤務を経て、現在JCHO北海道  
病院耳鼻咽喉科医長。日本耳鼻咽喉科学会専  
門医・指導医・補聴器相談医。趣味はマラソン、  
フルマラソンの自己ベストは3時間19分。

# 耳にいい話

最終回



## 補聴器は耳鳴にも有効!?

今回は3回企画の最終回です。  
第1回目は難聴と認知症の関係、  
第2回目は補聴器を用いた脳トレ  
についてのお話でした。今回は補聴  
器の意外な効果「耳鳴(耳鳴り)に  
対しても有効」についてです。

皆さんは耳鳴を感じたことはあ  
りますか？ 全国では300万人  
程度が耳鳴に悩んでいるとの報告  
があります。

耳鳴とは、音源が無いのに音を  
感じる現象のことです。難聴の方  
に多く、実際に音はしていないのに  
「キーン」「ザー」などと聞こえます。  
他人には聞こえず、苦しさをわかっ  
てもらえない場合も多く、重症の  
方では耳鳴のせいで不眠症やうつ  
病を発症する場合があります。ま  
た、いざ耳鳴で困って病院へ受診し  
ても「治らない」などと言われ、十  
分な対応をされないこともあったか  
と思います。

このように医療機関においても、  
必ずしも適切な対処がなされてい  
なかつたため、「耳鳴の診療ガイド  
ライン」が2019年に発行され  
ました。そのポイントとしては、  
●耳鳴の発生する理由を理解する  
ことは耳鳴改善のために有効である  
●難聴のある人の耳鳴に補聴器を  
使用することを強く勧める  
というものです。順に見ていきま  
しょう。

さて、耳鳴はどうして発生する  
のでしょうか？ 現在主流の考え  
方は、「耳鳴は頭の中で作られる」  
という説です。難聴の方は、耳から  
脳に伝えられる音の量が減少しま  
す。すると脳が「音が伝わってこな  
い、変だ！」と異常に興奮するよう  
になり、この「脳の興奮」が耳鳴に  
なると考えられています。ですが  
、静かな部屋とうるさい部屋を  
比べると、静かな部屋に居る時  
の方が音の情報より少なくなるの  
で、耳鳴は悪化しやすくなります。

逆に、音の情報が少ないために興  
奮した脳に、音を入れてあげると  
脳の興奮が収まり、耳鳴は軽くな  
るのです。このように、耳に音を入  
れてあげることが「音響療法」とい  
います。簡単な方法ではテレビやラ  
ジオなどで音のある環境を作って  
あげるだけでも有効です。

実際の外来では、このように耳  
鳴の発生する理由とその対応(音  
響療法)について説明を行うと、そ  
れだけで納得され、以後耳鳴が気  
にならなくなったという感想をよ  
く聞きます。

また、音響療法の道具としては  
補聴器が有効です。元々補聴器は  
難聴の改善のために用いるもので  
すが、耳鳴で悩んでいる方の耳に音  
を入れてあげるための道具として  
用いることで、耳鳴の改善にも有効

な武器となるのです。実際に当院  
においても、難聴のある耳鳴患者さ  
んに補聴器を装着してもらったと  
ころ、8割以上の方の耳鳴が改善  
しています。

ただ、耳鳴は静かな環境に居れ  
ば正常な人でも聞こえてくる可能  
性のある(私も無音室に居ると聞  
こえてきます)生理的な現象なの  
で、完全に消すことは難しいです。  
ですが鳴つていても気にならないよ  
うにすることは可能で、それが治療  
のゴールとなります。隣に住んでい  
るおじさんは消すことはできないけ  
ど、普段の生活では気になりませ  
んよね？ そのような関係を築きま  
しょう。と外来では説明していま  
す。耳鳴との良い付き合いが出来る  
ようになる道具、それが補聴器な  
のです。

これまで、補聴器との付き合い  
方やその効果についてお話ししてい  
ただきました。今まで補聴器をつけ  
たことが無いと、不安や不審を抱き  
やすくなるかと思えます。我々耳鼻  
咽喉科医は患者さんに適切なアド  
バイスが出るよう努めています。  
何かわからないことや心配事があ  
りましたらお気軽に受診されるこ  
とをお勧めします。  
それでは皆さん、より良い聞こえ  
でより良い人生を送られますよう  
に。

人は脳で聞いています  
**BrainHearing™**  
ブレインヒアリング

### 失敗しない補聴器選び

補聴器をご購入前に専用トレーニング補聴器を無料でお貸しします

### ご購入前に脳のトレーニング2カ月間無料

聞こえが悪くなった状態で休んでしまった脳の聴覚部分のトレーニングが必要です  
約2カ月間の集中したステップアップトレーニングで多くの方が効果を実感出来ていま  
す。ご購入の判断は2カ月後のトレーニング終了時でOK

※1週間ごとに来店いただきステップアップ調整を受けられる方が対象です  
※ご自宅でのご相談も承ります(無料)



■事前に耳鼻咽喉科補聴器相談医にご相談いただく事が大事です

ヨーロピアンコンセプトの  
補聴器専門店

時計台補聴器センター

【札幌・岩見沢・滝川・旭川駅前・旭川永山・士別・名寄・北見・網走・帯広駅前・帯広道東・釧路】  
札幌市中央区南2条西2丁目11-1 TEL.011-223-8133 ■定休日/日曜・祝日

公式ホームページは  
こちらから▶