

流困难。

3. 看电视时，音量明显提高或听不清一些词句。

4. 无论接打电话还是面对面交流，不自觉地提高说话声音。

5. 平时能听到的一些细小的嘈杂声（如鸟鸣），但最近听不到了。

6. 出现耳部不适症状，如耳鸣、耳闷等情况。

◆ 常见病因有哪些

年龄增长：随着年龄增长，机体各器官逐步衰老，听觉系统包括听神经和中枢神经退行性变，可导致老年性耳聋。

耳部疾病：声波传入或感知过程发生障碍，如外耳道耵聍栓塞、鼓膜穿孔、耳硬化症、听骨链中断、中耳炎、耳部肿瘤性疾病、颅脑外伤致内耳或听骨链损伤等。

遗传因素：在决定耳蜗退化速度和程度的因素中，遗传因素起着至关重要的作用，35%~55%的老年性耳聋由遗传因素导致，携带容易引起耳聋的遗传基因者耳聋发病率高。

噪声损伤：噪声可导致耳蜗毛细胞直接损伤，影响内耳血流和血管调节机制，导致耳蜗微循环降低，还可加速引发老年性耳聋。

耳毒性药物：毒性药物可造成内耳结构性损伤，药物损伤会导致临时或者永久性的听力损失，常用的耳毒性药物包括氨基糖苷类抗生素（链霉素、卡那霉素、新霉素、庆大霉素等）、大环内酯类抗生素（红霉素等）、抗癌药（长春新碱、硝基咪唑）、祥利尿剂等。

全身疾病：高血脂、高血糖、高血压（即“三高”）可引起内耳淋巴液的渗透压变化，造成耳蜗功能反复被损害。“三高”还可导致血液黏度增高以及形成微小栓子，造成听觉中枢缺氧，从而影响整个听觉通路的神经冲动传导，导致缓慢进行性的感音神经性聋。

激素水平改变：在老年性耳聋患者中，男性比女性更常见和严重，男性发病早于女性，

因此，有观点认为雌激素对耳朵有保护作用。

不良生活习惯：熬夜、生活不规律、不良情绪都有可能影响内耳循环系统，导致突发性耳聋；吸烟可致动脉硬化、增加血小板黏稠度，致内耳供血不足；过量饮酒可致血压升高，小血管痉挛，影响内耳血供，造成听力下降。

导致老年性耳聋的因素有很多，老年性耳聋可由以上单一因素引起，也可能是多个因素相互叠加作用的结果。

◆ 需要做好哪些防治工作

老年性耳聋的危害不小，会导致患者的言语交流能力、情感和社会交流能力、认知能力、避险能力下降，甚至性格变化、暴躁、孤僻或抑郁。因此，要引起重视。老年性耳聋大多是自然衰退的结果，通过合理的健康管理可达到延缓听力下降的目的。

1. 控制基础疾病

随着年龄增大，老年人患慢性疾病的概率增加，高血压、糖尿病、高血脂等可加速听力损失，因此对老年人慢性疾病应早预防、早发现、早干预。

2. 提倡健康的生活习惯

注意膳食营养，加强维生素和微量元素的摄入；戒烟戒酒；适当锻炼，通过适当合理的体育运动增强体质；保持轻松愉悦的心理状态、情绪稳定。

3. 避免噪声刺激

尽量避免长期暴露于嘈杂环境中，遇到突发的噪声刺激时，尽量减少降低其对双耳的冲击，远离该噪声源。

4. 注意耳毒性药物的使用

老年人服药前需咨询医生，尽量减少耳毒性药物的摄入，注意避免多种耳毒性药物联合使用。

出现听力下降时，要及时就医。目前，对于老年性耳聋的治疗，主要有药物和手术治疗、佩戴助听器、人工耳蜗植入、听力言语康复训练等方式。📖