

診療最前線

耳鼻咽喉科

耳鼻咽喉科では、「耳」「鼻」「喉（のど）」を中心とした疾患を取り扱っています。今回は、年齢とともに低下する機能^①についてご紹介します。

耳

耳の機能（聴力）は年齢とともに低下していきます。音が

聞こえにくい状態を難聴^②といい、加齢による難聴を老人性難聴や、最近では加齢性難聴^③と呼ぶことが多くなってきました。年齢以外にはつきりとした原因はなく、両側の耳に同時に発症します。個々の状況や遺伝的要素も影響するため、難聴の程度や進行には個人差があります。が、一般的には50歳頃から始まり、75歳以上では70%以上の方に生じるといわれています。

難聴は、高音部の聞こえにくさから始まり、徐々に進行していきます。残念ながら、現時点

では進行を止める根本的な治療はありません。しかし、難聴を悪化させる原因として、糖尿病、高血圧、脂質異常症、動脈硬化、喫煙、過度な飲酒、騒音などが報告されていますので、環境や生活習慣の見直しを行うことが難聴にも良い影響を及ぼすと考えられます。



聴力検査

難聴が進行すると、テレビの音や人との会話が聞き取りにくくなるが増えてきます。日常生活に支障が出てきたら、補聴器を使って聴力を補うと良いでしょう。会話が聞き取れずコミュニケーションが取りにくいままでいた方の認知症テストの結果が、補聴器を使用した方に比べて悪かったという報告もあります。補聴器の使用は認知症予防にもつながると考えられます。

ただし、加齢性難聴だと思っていたら、耳あかが詰まっていただけという場合もありますので注意が必要です。

鼻

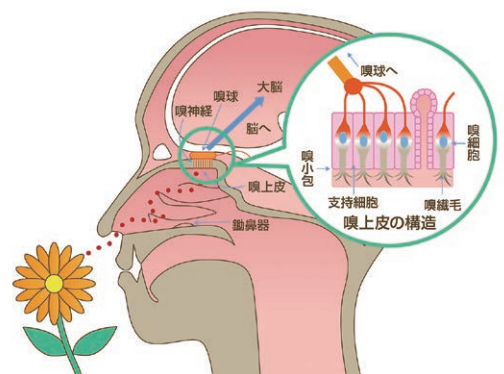
鼻は、花の香りを楽しんだり、食物の匂いを感じたり、腐つ

たものを嗅ぎ分けて危険を察知するなど、意識しなくても普段の生活と密接に関わっています。実際、鼻が詰まると味を感じにくくなる場合があります。これは鼻の通りが悪くなることで嗅覚の細胞（嗅細胞^④）に匂いが届かず、情報が十分に送られなくなることが原因です。

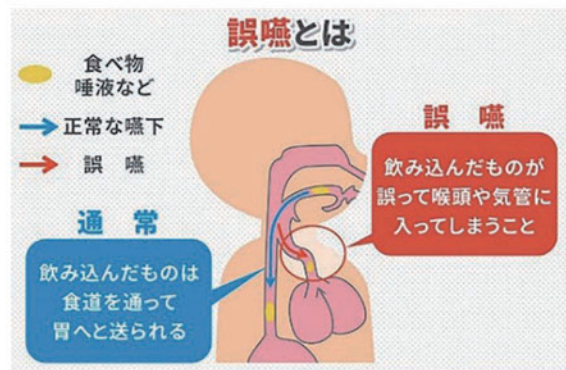
しかし、そのような鼻詰まり

がなくても、加齢とともに嗅覚も徐々に低下します。副鼻腔炎などの鼻の病気、動脈硬化や糖尿病などの生活習慣病も要因として考えられますが、最も影響を及ぼすのが加齢で、60歳代以降に徐々に低下することがわかっています。加齢による嗅覚低下は、鼻腔の奥の匂いを感じる嗅粘膜の細胞の入れ替わりが低下するために起こると考えられています。

嗅覚低下の原因が副鼻腔炎やアレルギー性鼻炎にある場合は、適切な治療により回復することもあります。明らかな嗅覚の低下に気づいたら、早めに耳鼻咽喉科を受診することが大切です。



出典:エステー株式会社「くらしにプラス」
人がニオイを感じる仕組みはどのようなものですか？
(<https://products.st-c.co.jp/plus/question/9816/>)



出典:ALSOK公式HP

喉

食べ物を口に入れてから飲み込むまでのプロセスを「嚥下^{えんげ}」

といい、「食べ物がうまく飲み込めない」「むせることが多い」などの症状を総称して嚥下障害と呼びます。嚥下には、がんなどの病気のほか、加齢に伴う首や全身の筋力低下、喉の感覚低下といった生理的な変化も大きく影響します。嚥下障害により食事を摂ることが困難になると、食べる楽しみがなくなるだけでなく、栄養状態を大きく悪化させる可能性があります。また、嚥下障害が起こると誤嚥^{えん}しやすくなります。誤嚥と

は、本来、喉・食道を通るはずの食べ物が、誤って気管に入ってしまうことをいいます。通常はむせたり、せき込んだりして、間違つて侵入した唾液や飲食物を追い出し、体を守ろうとする防御反応が起きます。しかし、高齢の方はむせる力も低下するため、誤嚥したままになることがあります。そうすると誤嚥による肺炎（誤嚥性肺炎）を引き起こしやすくなります。誤嚥したからといって必ず肺炎が起きるわけではありませんが、高齢者ほど、その危険性は高くなります。

* * *

残念ながら、加齢による機能低下を若い時の状態に戻すことはできません。機能低下は徐々に進むため、本人や周りが気づきにくいという問題もあります。しかし、軽視していると、思いがけない状況に見舞われる危険性もあります。本人だけでなく、家族もしっかりと理解し、早めに対策を行うことが大切です。

（耳鼻咽喉科部長 矢野卓也）