

補聴器のメンテナンスについて

毎日さまざまな状況で使用する補聴器は、汚れもよくたまります。できるだけ長く使いつづけるためには、定期的なメンテナンスが欠かせません。

1. ご自宅で日々お手入れしましょう



- ① 音の出口となる部分に耳垢がつまっていないか確認し、つまっていたら補聴器用のブラシなどで取り除きましょう。
※使用している補聴器によってお手入れ方法は異なるため、必ず販売店に確認して行ってください。
- ② 補聴器から電池を取り出し、補聴器本体と電池についた汚れや汗を乾いたやわらかい布で拭きとります。
- ③ 使用しないときには電池を取り出し、補聴器を乾燥ケースに入れて保管しましょう。

2. 補聴器販売店で定期的にメンテナンスをしてもらいましょう

補聴器表面の汚れは自分でもケアできますが、部品の奥に入り込んでしまった汚れの除去や、部品の交換は自分では難しいものです。

一般社団法人 日本補聴器工業会では、目安として3ヶ月に一度は補聴器販売店で掃除をしてもらい、2年に一度は分解清掃（オーバーホール）してもらうことを推奨しています。

定期的に聴力検査を受けましょう

人の聴力はずっと同じではなく、気づかないうちに聴力が低下している場合があります。聴力によって少しずつ聞こえやすさも変化してきます。そこで、定期的に聴力の検査を行ない、自分の耳や生活スタイルに合う補聴器を使えるよう調整が大切です。

聴力の再検査や調整は、耳鼻咽喉科や購入された店舗などへ相談しましょう。

「聞こえのトレーニング」について

加齢などが原因で聴力が下がった場合、状況に応じて補聴器で「聞こえ」を補うことは、とても大切なことです。ところが、せっかく補聴器をつけたのに、「あまり役に立たない」「うまく付き合えない」という悩みが生まれるケースは決して珍しくありません。

補聴器の使い始めは「不快」なのが当たり前

耳や補聴器の役割はあくまでも音の刺激を脳に伝えることで、実際に音を認識して「聞く」役割は脳が担っています。

補聴器の役割は、入ってきた音を増幅させて、聞き取りに必要な音の刺激を脳に送ることですが、音の刺激の少ない世界で過ごしていた「難聴の脳」にとっては、日常生活の音のレベルでさえ、非常にうるさく不快な音と感じてしまいます。

言わば、静かな森の中から都会の喧騒の中に放り出されたようなものなので、補聴器をつけ始めたばかりの人が、「うるさくて耐えられない」と感じるのはそのせいなのです。

地道なトレーニングで「聞こえる脳」に

大切なことは、長い時間をかけて段階的に音量をあげていくトレーニングを行うことです。

望ましいのは、朝起きてから寝るまで、毎日しっかりと補聴器をつけることです。

最初の1～2週間は不快感を強く感じるかもしれませんが、続けていくうちに脳が補聴器の音にも慣れていきます。

また、補聴器の音に慣れるとともに、「言葉を聞き取る」トレーニングも必要です。

家族や友人などと会話をすることはとても重要です。

積極的に外出や趣味などを楽しんで、さまざまな音を意欲的に聞くことを心がければ、音を認識する能力もアップします。

