

あなたのそばにも潜んでいる「難聴」の危険

みなさんは「難聴」という言葉を耳にしたことはあるでしょうか。インターネットで調べてみると、4,970,000件もヒットしました。ちなみに、同じ検索サイトで「エアロビクス」と調べると、4,340,000件。「難聴」は、今それだけ注目されている言葉なのです。その中でも「騒音性難聴」、この言葉はみなさんにも関係の深い言葉です。

「騒音性難聴」とは、大きな（85dB以上の）音を一定の頻度で長期間聞いた時に起きるとされています。特徴として、最初は高い音域が聞きとりにくくなる為、日常生活には変化を感じられず発見が遅れてしまい、危険が高くなります。そしてそのまま騒音を聞き続けると、難聴はやがて全音域に進行し、異常に気付いた時には取り返しがつかなくなっているという例もあるのです。（たとえば、耳の奥でピー・ポポポ等の音が聞こえた場合も、すでに騒音性難聴になっている可能性が高いです。発見が遅れてしまった場合の治療は難しく、回復しないケースも多いのです。

ここまで読んで「私には関係ない」そう思った方もいるでしょう。

しかし、みなさんが通っているスポーツクラブでも「騒音性難聴」になり得る可能性はあるのです。例えば、スタジオレッスンです。インストラクターの中には、長年大きな音の中レッスンを重ね、自分でも知らないうちに難聴になってしまい苦しんでいる人もいます。そしてその難聴になってしまったインストラクターがスタジオ音響の調整を行うと、自身が聞こえにくい為ボリュームをどんどん上げてしまい、結果、スタジオの中は莫大な音空間になってしまうのです。みなさんはレッスンを受けていて、スタジオの音がうるさいと感じたことはないですか？その時点で「難聴」の危険はすぐそばにあるのです。

連続して大きな音を聞くことはたいへん危険ですので、レッスンを受けた後は静かな場所で過ごすことや、レッスン時には耳栓などのご使用もお勧めします。最近では音を遮断するタイプの耳栓だけではなく、騒音を防ぎ外部からの音が聞こえるタイプの耳栓もあります。こういったものを有効活用し、騒音から耳を守ることも大切です。

騒音性難聴は予防が第一なのです。

冒頭でも書きましたが、「騒音性難聴」は発見が遅れると回復しないケースが多いです。しかし、早期発見であれば治療効果は上がると聞いております。これまで大きな音の中レッスンを受け、少しでも不安がある方は迷わず一度検査を受けることをお勧めします。

株式会社エヌエスイーはスポーツクラブ業界に携わって以来スタジオ音響における騒音性難聴について取り組んでいます。当社HPでも採り上げております。

<http://n-s-e.jp>

株式会社 エヌエスイー

NSE
Nisawa Studio Equipment