

# 聽力衰退與自我檢查

作者: 林口長庚耳鼻喉部

聽力的衰退過程通常相當緩慢，有時慢得連當事人都沒有察覺到，反而是周遭的家人及朋友先發現問題。其實，有一些早期聽力衰退的徵兆是可以注意到的，若有以下狀況請至耳鼻喉科尋求專業的評估與聽力檢查!

- 在家中
  - 看電視時，音量需要開得比家人大聲。
  - 看電視時與人交談有困難。
  - 家人覺得你說話過於大聲。
  - 經常沒發現有電話聲、門鈴聲。
- 在餐廳
  - 聽不清楚對方的談話，或聽起來很吃力。
  - 常感覺別人說話不清晰，好像對方是在喃喃自語。
  - 有人從背後喊你，或在你背後說話，卻無法聽到。
- 在公司
  - 開會時，經常聽不清楚報告的內容。
  - 經常聽不清楚電話中的交談聲音。
  - 對較冗長的談話或較大的聲音，容易感覺疲倦。
- 在社交場合
  - 與一群人一起交談時，很難跟的上別人的講話。
  - 聽不清楚婦女和兒童的聲音。
  - 經常請對方重複談話內容。
  - 常需要別人提高嗓門或靠近您的耳邊說話。