



李樹章註冊聽覺學家

# 愈孤立自己 腦部組織愈快衰退

由於人口老化問題轉趨嚴重，嬰兒潮一代開始步入黃金歲月，聽力健康問題不容忽視，而且要保持活躍生活，遠離孤單感覺，減少患上失智症機會。

據註冊聽覺學家李樹章表示，據全國耆老協會指出，因聽力衰退而沒有選擇適當聽覺復康療程的長者，相比採取適當療程的失聰耆老，更容易患上憂鬱症和焦慮，或會出現被孤立的感覺；此種孤單情緒會進一步增加患上失智症機率。

此外，聽力障礙常造成生活上影響，例如駛近的車子或移動的物體，無法經由耳朵察覺，危險因而大增；或者因溝通困難造成誤會，甚至引來猜忌妄想等。同時聽力障礙接收外界訊息大為減少，也影響人的反應與記憶的儲存。

## 長者應保持活躍生活

李樹章認為長者應該保持活躍生活，參加社區活動，多與別人交談。通過聲音經過聽覺傳送至腦部產生刺激，令細胞維持健康狀態。相反愈是孤立自己，缺乏聲音傳送，腦部組織愈快衰退。

保護聽覺健康及選擇適當的聽覺復康療程，不僅提升長者生活質素，更是保障長者日常生活安全起居重要環節。其他引發聽覺問題原因，如聽覺神經腫瘤或梅尼爾氏症等，通過準確聽力測試，診斷患者聽力問題根源，然後進行適當聽覺復康療程。