



应对和控制听力损失

双耳和听力健康对我们的生活幸福感和生活质量有着重要影响。听力损失不仅有不同类型，而且受损程度从轻微到严重不等。

有一部分人的听损是先天性的，但是衰老和长时间接触高分贝噪音是导致听力损失的最常见原因。

澳大利亚有将近 360 万人存在一定程度的听力损失问题，其中大约三分之一的病例可以预防。

忽视听力损失治疗带来的影响

50 岁以上的中老年人群中出现听损问题的人数比例比其他年龄段显著增加。一部分人出现听力损失问题后因为各种原因迟迟未能寻求治疗。无论是儿童还是成年人，出现听力损失和耳部疾病时忽视治疗，这将对他们的生活产生极大影响。

听力损失：

- 影响一个人的社交和情感福祉，增加他们自卑、记忆力减退和抑郁的风险；
- 影响一个人受教育以及寻找工作的能力；
- 导致社会孤立。

对儿童还会：

- 影响他们听说读写和学习的能力；
- 导致学校出勤率降低。



预约听力测试

后天听损通常有一个逐渐发展加重的过程, 因此很难从一开始就引起注意。听力测试有助发现早期听力损失的迹象, 并能让我们更长久保持健康的听力水平。

- 在听力测试中, 您将会听到一系列不同的声音, 负责测试的听力学家或听力测量师等专业人员将会评估您可以听清这些声音的程度。他们能够诊断您是否有听力损失问题、属于何种类型以及严重程度。
- 您应该向全科医生咨询或直接联系听力诊所 (不需要医生转诊) 预约测试。查询您所在地区就近的听力诊所联系详情可以使用 healthdirect 网站提供的服务查询功能 (Service Finder) 搜索, 网址:
healthdirect.gov.au/australian-health-services
- 如果您不确定自己是否有听力损失问题, 可以使用全国声学实验室 (National Acoustic Laboratories) 的在线测试作初步检查, 网址: knowyournoise.nal.gov.au

应对和控制听力损失

如果您有听损问题, 可以采取一系列应对、控制和治疗方法, 帮助您维持听力健康。这包括:

- 运用一些简单的交流沟通策略;
- 听力辅助器材, 例如个人扩音器和耳机;
- 手机应用, 例如可以将自然语音实时转换为文本的即时文字转换应用;
- 助听器, 这是一种体积微小, 能够放大音量的电子器材;
- 人工耳蜗, 适合有严重听损的患者。植入人工耳蜗需要作内耳手术, 并使用外部声音处理器将声音信号直接传送到大脑。

政府补贴的听力健康服务

有听力损失问题的人士只要符合条件, 就能够获得多项支持。

这包括免费或政府补贴费用的听力服务以及助听器、儿童专项服务以及语音转换服务。

有关各类支持的详情可以在 health.gov.au/hearing 网页找到。

预约听力测试、向卫生专家咨询, 或浏览 health.gov.au/hearing 获取更多信息。