



管理聽力損失

耳朵和聽力健康對我們的身心健康和生活質量很重要。聽力損失有不同類型，程度從輕微到嚴重不等。

有些人天生就有聽力損失，但最常見原因是老化和長時間接觸高分貝噪音。

在澳洲，大約有 360 萬人有一定程度的聽力損失，其中大約三份之一的病例是可以預防的。

忽視治療聽力損失帶來的影響

50 歲以上人群與其他年齡組別相比，出現聽力損失問題的人數比例顯著增加。有些人出現聽力損失問題後可能會因為各種原因延遲或不尋求治療。忽視治療聽力損失和耳部疾病會對兒童和成年人的生活產生重大影響。

聽力損失可以：

- 影響社交和情緒健康，包括自卑、記憶力減退和抑鬱症的風險更高；
- 影響一個人接受教育和找工作的能力；
- 導致社交孤立。

對兒童還會：

- 影響他們聆聽、學習和說話的能力；
- 導致學校出席率降低。



預約聽力測試

後天聽力損失通常是逐漸發生的，因此一開始很難識別。聽力測試有助發現聽力損失的早期跡象，並可更長久維持健康的聽力水平。

- 聽力測試檢查您聆聽不同聲音的能力，由聽力學家或聽力量度師等專業人員負責測試。他們會告訴您是否有聽力損失、聽力損失的類型以及嚴重程度。
- 您可以與全科醫生討論您的聽力問題，或者直接聯絡聽力診所預約，無需轉介。要查找您附近的聽力診所，可以使用 healthdirect.gov.au/australian-health-services 提供的 healthdirect Service Finder。
- 如果您不確定自己是否有聽力損失，也可以使用國家聲學實驗室 (National Acoustic Laboratories) 的在線測試，網址 knowyournoise.nal.gov.au。

管理聽力損失

如果您有聽力損失，有一系列管理和治療方案可能會有所幫助，包括：

- 採用一些簡單的溝通策略；
- 助聽設備，例如個人擴音器和耳機；
- 電話應用程序，例如可以將自然語音實時轉換為文本的即時翻譯應用程序；
- 助聽器 - 一種能使聲音變大的小型電子設備；
- 人工耳蝸 - 嚴重聽力損失患者的一種選擇，涉及內耳手術並使用外部聲音處理器將聲音信號直接傳送至大腦。

政府補貼的聽力服務

符合資格的聽力損失人士可以獲得支援。

這包括免費或補貼的聽力服務和設備、兒童特定服務以及語音轉換服務方面的支持。

如需各類支持的更多信息，請瀏覽 health.gov.au/hearing。

預約聽力檢查、諮詢健康專家或瀏覽 health.gov.au/hearing。