

Suy giảm thính lực ở người trưởng thành

Hearing loss in adults

Thính giác là một trong những giác quan quan trọng nhất của chúng ta. Khả năng nghe giúp chúng ta giao tiếp, nhận biết về sự nguy hiểm và nhận thức được thế giới xung quanh.

Cứ 4 người Canada trưởng thành thì có gần 1 người báo cáo bị suy giảm thính lực hoặc khiếm thính ở một mức độ nào đó. Sự phổ biến của tình trạng suy giảm thính lực tăng dần theo độ tuổi. Khoảng 65 phần trăm những người trên 70 tuổi có vấn đề về thính lực.

Những người trên 60 tuổi nên sắp xếp kiểm tra thính lực định kỳ 2 năm một lần. Nếu một người phát hiện mình bị suy giảm thính lực, thì người đó nên kiểm tra thính lực mỗi năm một lần.

Những dấu hiệu nào cho thấy bạn có thể bị suy giảm thính lực?

Bạn có thể bị suy giảm thính lực nếu bạn:

- Nhận thấy tiếng nói bị ù hoặc không rõ
- Yêu cầu mọi người nhắc lại lời của họ hoặc nói to hơn
- Gặp khó khăn trong việc hiểu hoặc theo kịp cuộc trò chuyện
- Phải tập trung thì mới hiểu được những gì mọi người nói
- Có tiếng vo vo, tiếng xì xì hoặc tiếng lách cách trong tai

Tình trạng suy giảm thính lực có những loại khác nhau nào?

Có 2 loại suy giảm thính lực: suy giảm thính lực do dẫn truyền và suy giảm thính lực do thần kinh cảm giác. Một người có thể bị suy giảm thính lực mà một phần là do dẫn truyền và một phần là do thần kinh cảm giác.

Suy giảm thính lực do dẫn truyền

Tình trạng suy giảm thính lực do dẫn truyền là do một vấn đề ở phần ngoài hoặc phần giữa của tai gây ra. Tình trạng này có thể là do bị ứ đọng ráy tai, thủng màng nhĩ hoặc nhiễm trùng tai. Một số loại suy giảm thính lực do dẫn truyền có thể xảy ra tạm thời và

thường có thể điều trị được bằng phương pháp y khoa hoặc phẫu thuật. Những loại không thể điều trị được bằng phương pháp y khoa hoặc phẫu thuật có thể được khuyến nghị đeo máy trợ thính.

Suy giảm thính lực do thần kinh cảm giác

Tình trạng suy giảm thính lực do thần kinh cảm giác là do một vấn đề với phần bên trong của tai hoặc dây thần kinh thính giác gây ra. Loại suy giảm thính lực này thường diễn biến nặng dần và có tính chất vĩnh viễn. Lão hóa là nguyên nhân số một gây ra tình trạng suy giảm thính lực do thần kinh cảm giác. Tình trạng này cũng có thể bị gây ra do tiếng ồn rất lớn, bệnh tật, chấn thương hoặc một số loại thuốc nào đó. Nó cũng có thể do bẩm sinh.

Suy giảm thính lực bẩm sinh chỉ tình trạng suy giảm thính lực có sẵn khi bạn mới sinh ra do di truyền hoặc do các yếu tố hoặc tình trạng khác. Tình trạng này có thể là do di truyền (do gen) hoặc nó có thể là kết quả của các yếu tố hoặc tình trạng khác. Tình trạng suy giảm thính lực này có thể là do dẫn truyền, do thần kinh cảm giác, hoặc cả hai.

Suy giảm thính lực đột ngột do thần kinh cảm giác

Loại suy giảm thính lực này thường được gọi là điếc đột ngột. Đây thường là tình trạng suy giảm thính lực nhanh chóng, không rõ nguyên nhân ở một hoặc cả hai tai. Những nguyên nhân phổ biến nhất là do nhiễm vi-rút hoặc vi khuẩn, các loại thuốc gây hại cho các tế bào cảm giác ở tai trong hoặc các bệnh tự miễn dịch. Phương pháp điều trị phổ biến nhất cho loại suy giảm thính lực này là dùng thuốc corticosteroid.

Loại suy giảm thính lực này cần được coi là một tình trạng y tế khẩn cấp. Bất kỳ người nào gặp phải những triệu chứng này đều cần đến gặp chuyên gia chăm sóc sức khỏe ngay lập tức.

Tôi nên làm gì nếu tôi nghĩ rằng mình bị suy giảm thính lực?

Nếu bạn cho rằng mình bị suy giảm thính lực, bạn nên đặt lịch hẹn kiểm tra thính lực với một trong những bác sĩ chuyên khoa sau:

- **Chuyên gia thính học (Audiologist)** - Chuyên gia

thính học là một người có chuyên môn về đánh giá, chẩn đoán, điều trị và quản lý tình trạng suy giảm thính lực cũng như các rối loạn khác liên quan đến thính lực, giao tiếp và sự cân bằng. Họ được đào tạo ở trường đại học và được trang bị để kiểm tra thính lực và kê đơn, cấp và lắp máy trợ thính

- **Chuyên viên thiết bị trợ thính (Hearing instrument practitioner)** - Chuyên viên thiết bị trợ thính được đào tạo ở trường cao đẳng và được trang bị để kiểm tra thính lực và kê đơn, cấp và lắp máy trợ thính
- **Bác sĩ tai mũi họng (Ear, nose and throat - ENT)** - Bác sĩ tai mũi họng là chuyên gia y tế về các bệnh về tai, mũi, họng và các vấn đề liên quan

Bạn có thể đặt lịch hẹn với chuyên gia thính học hoặc chuyên viên thiết bị trợ thính mà không cần sự chuyển tiếp (referral).

Nếu thính lực của bạn có vẻ kém đi hoặc suy giảm nhanh chóng (trong khoảng thời gian từ 1 đến 3 ngày), bạn cần tìm sự chăm sóc y tế khẩn cấp ngay lập tức.

Máy trợ thính có giúp ích gì không?

Máy trợ thính không chữa khỏi tình trạng suy giảm thính lực. Chúng giúp cải thiện thính lực và khả năng giao tiếp của bạn. Máy trợ thính là một thiết bị điện tử nhỏ chạy bằng pin. Nó được lập trình đặc biệt để đáp ứng các nhu cầu do tình trạng suy giảm thính lực riêng của một người. Nó có thể được điều chỉnh cho phù hợp với các nhu cầu cho những tình huống khác nhau (chẳng hạn như môi trường xã hội, giải trí và làm việc).

Người bị suy giảm thính lực cũng có thể cải thiện khả năng giao tiếp bằng sự hỗ trợ tư vấn hoặc những thay đổi trong môi trường.

Tôi có phải trả tiền cho máy trợ thính không?

Máy trợ thính không được bao trả trong Chương trình Dịch vụ Y tế (Medical Services Plan, MSP). Có các lựa chọn hạn chế khác cho việc chi trả mà chuyên gia thính học hoặc chuyên viên thiết bị trợ thính có thể tư vấn cho bạn.

Những rủi ro liên quan đến tình trạng suy giảm thính lực ở người lớn tuổi là gì?

Khi tình trạng suy giảm thính lực không được điều trị ở người lớn tuổi, họ có thể bị giảm chất lượng cuộc sống ở mức đáng kể. Họ có nguy cơ chịu những tình trạng sức khỏe lâu dài kém hơn. Người trưởng thành bị suy giảm thính lực mà không được điều trị có thể trở nên:

- Thu mình và bị cô lập về mặt xã hội, điều này có thể dẫn đến nguy cơ bị trầm cảm
- Kiệt quệ, bồn chồn hoặc lú lẫn
- Tăng nguy cơ bị suy giảm nhận thức
- Tăng nguy cơ bị té ngã, điều này tăng lên theo mức độ nghiêm trọng của tình trạng suy giảm thính lực

Tầm quan trọng của việc phát hiện và can thiệp sớm

Nhận biết và hỗ trợ sớm cho tình trạng suy giảm thính lực giúp duy trì khả năng của não bộ trong việc tiếp nhận và sử dụng âm thanh đi vào theo một cách có ý nghĩa.

- Sự can thiệp sớm giúp giữ cho não bộ được tinh nhanh. Bạn càng chờ lâu trong việc hỗ trợ cho tình trạng suy giảm thính lực thì não bộ của bạn càng khó thích ứng với âm thanh của máy trợ thính
- Bạn sử dụng máy trợ thính càng sớm và càng đều đặn thì lợi ích của chúng càng tăng
- Bạn có nhiều thời gian hơn để lập kế hoạch hoặc tìm nguồn tiền để trả cho các chi phí liên quan đến tình trạng suy giảm thính lực

Để biết thêm thông tin

Hãy liên lạc với Hiệp hội các Chuyên gia Y tế về Lời nói và Thính lực (College of Speech and Hearing Health Professionals) của BC để biết danh sách các chuyên gia thính học và chuyên viên thiết bị trợ thính trong khu vực của bạn hoặc truy cập <https://cshbc.ca> để xem danh sách trực tuyến.

Hãy truy cập Hiệp hội các Nhà bệnh học về Ngôn ngữ Lời nói và Chuyên gia Thính học của BC (BC Association of Speech Language Pathologists and Audiologists, BCASLPA) tại <https://speechandhearingbc.ca>.

Để biết thêm các chủ đề của HealthLinkBC File, hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files hoặc đến đơn vị y tế công cộng tại địa phương bạn. Để có thông tin và lời khuyên y khoa không khẩn cấp tại B.C., hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi số **8-1-1** (miễn phí). Để có sự giúp đỡ cho người điếc và lạng tai, hãy gọi số **7-1-1**. Có các dịch vụ dịch thuật cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.