

老年人常見的耳鼻喉科疾病

◆耳鼻喉科 林荏志 主治醫師(小港院區)(96年5月)

老化，是個體無可避免的一個階段，隨著年歲增長，身體某些器官將緩慢喪失既有功能，造成個人在生活上的障礙。醫師應了解這些問題，並給予病人適時且恰當的幫助。在耳鼻喉科的領域中常見的老人問題有：聽力退化、耳鳴、平衡失調、聲音改變和吞嚥困難等。

聽力障礙是指病人的聽力閾值在 25 分貝以上，其可區分為輕、中、重、極重度等。中度以上的聽力損失會使人社交生活出現困難，妨礙溝通。老年性聽力障礙的發生約從 50 歲開始，古稀者約有 60% 的人有聽力問題。老年性失聰的聽力型態多為雙側對稱感音性高頻聽損。退化造成的聽障，並無特殊藥物可以治療，多需助聽器材的輔助，像是助聽器，震動警示器，具有閃光的電話或門鈴，電視助聽輔具等。須注意的是，與聽障有關的耳部疾病包括耳垢栓塞、中耳積水、慢性中耳炎及突發性耳聾等，需進一步鑑別診斷並給予適當的治療。

耳鳴也是常遇到的問題之一，原則上耳鳴可以區分為脈動性或非脈動性。脈動性耳鳴通常與心血管疾病有關，非脈動性則與聽覺神經路徑的疾病有關。面對耳鳴患者，尋找病因比治療更重要，若屬聽覺神經路徑退化所引起的耳鳴，並無特別藥物可以治療，但是生活習慣的改變，像是避免太過寂靜、戒菸、儘量減少刺激性提神飲料等，對耳鳴的減輕會有幫助。另外像耳鳴遮蔽器，對耳鳴的減輕也有部分的效果。

影響老年人平衡功能缺失的原因很多，包括神經系統，骨骼肌肉系統，及其他內科疾病等。其中內耳前庭功能的退化將導致老年人無法維持身體重心的穩定，發生包括跌倒在內的意外傷害。良性姿勢性眩暈常發生在老年人，其為內耳耳石失衡所致，這一類的病人多因特定姿勢而引至短暫眩暈，像是床上翻身、彎腰撿東西、抬頭找東西等姿勢將誘發眩暈，根據發生的機轉及位置，我們會採取適合的操作方法進行耳石復位。另外因前庭功能退化所引起的眩暈，也可以嘗試在家進行頭位運動，刺激大腦建立代償機轉，來解除頭暈引起的不適。

約有一成至一成五的老年人被聲帶功能失調所困擾。主要表現出來的症狀包括有聲調改變，聲音品質粗糙，聲音微弱，氣音增加及顫音的出現。這跟老年人膠原纖維減少，內分泌改變因而聲帶水腫，喉部肌肉萎縮且被結締組織及脂肪取代，生理或外界藥物例如利尿劑，吸入型類固醇，三環抗鬱劑，鎮靜劑等造成聲帶黏液的分泌減少。對於非喉部腫瘤所造成的聲音改變，可先以語言復健治療為主，倘若語言復健治療成效不彰，則可以考慮手術治療，惟其效果不長久。

老年人可能會因為中風，神經肌肉方面的疾病，糖尿病神經病變，類風濕性關節炎或是癌症等，造成吞嚥功能上障礙。吞嚥失調除了造成營養不足，最大的危險就是引發吸入性肺炎。早期發現可能引起吞嚥障礙的疾病並給予適時的治療，對老年人的健康會是一大保障。另外可以嘗試使用吞嚥行為療法來改善吞嚥功能，例如在吞嚥時將

頭轉向咽部肌肉無力的一方、眼朝肚縮下巴、或是吞嚥前先閉氣、吞嚥後咳嗽的上喉部吞嚥法等，都可以減少發生吸入性肺炎的機會。