

اختلال‌های شنوایی، یکی از مهم‌ترین مشکل‌های سلامتی است که رابطه‌ی انسان را با دنیای اطراف، مختل می‌سازد. براساس آمارهای جهانی، از هر صد هزار نفر، ۲۷۵ نفر ناشنوا هستند و از هر ۱۰۰۰ نوزادی که به دنیا می‌آید، حدود ۳ تا ۴ نفر اختلال شنوایی دارند که دلیل این نقص در بدو تولد

می‌تواند عامل‌های ژنتیکی یا بیماری‌های مادر در دوران بارداری مانند سرخچه باشد. همچنین مصرف برخی از داروها می‌تواند به ایجاد چنین نقص‌هایی منجر گردد. عامل‌هایی که بعد از تولد منجر

به اختلال‌های شنوایی کودکان می‌شود، عبارتند از: عفونت‌هایی مانند مننژیت، اوریون، آبله‌مرغان و یا وارد شدن ضربه به سر کودک، مصرف بعضی داروها مانند جت‌تامایسین و عفونت‌های گوش.

در کشور ما، هر روز حدود ۲۰ تا ۳۰ نوزاد کم‌شنوا متولد می‌شود و این به معنای شیوع چشمگیر این معلولیت در کشور است. در حال حاضر، سن تشخیص ناشنوایی در کشور، بین ۲/۵ تا ۳ سالگی است که به نسبت دیر است و متأسفانه در این سن، اقدام‌های طبی و توان‌بخشی، نتیجه‌های مثبتی به همراه ندارد.

پدران و مادران می‌توانند با رعایت نکته‌های

زیر، احتمال تولد فرزند ناشنوا یا کم‌شنوا را کاهش دهند:

– انجام مشاوره‌ی ژنتیکی قبل

از ازدواج

– مشاوره با پزشک، قبل از بارداری

در صورت ابتلا به بیماری مزمن یا خاص

– انجام آزمایش‌های خونی و بررسی عامل «Rh»

– عدم مصرف دارو بدون تجویز پزشک در دوران بارداری

– پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های مختلف در دوران بارداری

– واکسیناسیون علیه سرخچه قبل از بارداری

تشخیص به موقع اختلال‌های شنوایی، نکته‌ی حائز اهمیت است. خوشبختانه از سال ۱۳۸۰ تا ۱۳۸۵ براساس بخشنامه‌ی ریاست محترم سازمان بهزیستی، در ۲۶ استان کشور، طرح غربالگری شنوایی نوزادان به‌عنوان یک برنامه‌ی پیشگیرانه انجام شده است؛ اگرچه این طرح در مرحله‌های اولیه است، به هر حال، گام مثبتی برای شناسایی زودرس افراد مبتلا می‌باشد تا به موقع مورد اقدام‌های طبی و توان‌بخشی قرار گیرند.

از آنجایی که پیشگیری در جهت ارتقای سلامت عمومی جامعه و کاهش هزینه‌های بهداشتی، نقش عمده‌ای دارد و مقدم بر درمان است؛ در این‌جا به برخی از عامل‌های مؤثر در اختلال‌های شنوایی بزرگسالان و راه‌های پیشگیری از بروز این مشکل، اشاره می‌شود.

آلودگی‌های صوتی را

جدی بگیرید



شایع ترین علت‌های اختلال‌های شنوایی در بزرگسالان:

- ۱) با افزایش سن، سلول‌های عصب شنوایی، ضعیف شده و حس شنوایی کاهش می‌یابد.
- ۲) تجمع چرم گوش در صورتی که کانال گوش را مسدود نماید، به ناشنوایی موقت منجر می‌شود.
- ۳) مصرف داروهایی که اثر سمی بر گوش دارند.
- ۴) عفونت گوش و ضربه به سر
- ۵) یکی از مهم‌ترین علت‌های اختلال‌های شنوایی در بزرگسالان، سروصدا یا آلودگی صوتی است.

در زندگی مدرن، به‌طور تقریبی در همه‌جا توسط سروصدا احاطه می‌شویم. افراد، صداهای بلند یا شدید را دوست ندارند. ما در منزل، محیط کار، کوچه و خیابان به‌طور دائم با سروصدا مواجه هستیم. پژوهش‌ها نشان می‌دهد اگر انسان برای مدت طولانی در معرض صداهای بلند قرار بگیرد، دچار ناشنوایی دائمی می‌شود. صحبت‌های معمولی، دارای صوتی با شدت ۳۰ تا ۶۰ دسی‌بل است. صداهای بالای ۸۵ تا ۹۰ دسی‌بل، روی سیستم عصبی و شنوایی، اثر مخرب دارند. در همین رابطه، در آمریکا، ۷ تا ۱۰ میلیون نفر به‌دلیل آلودگی صوتی، دچار نقص شنوایی هستند.

آلودگی‌های صوتی که در اطراف ما موجب ناراحتی می‌شوند، عبارتند از: سروصدای ناشی از کارخانه‌ها، کارهای ساختمانی، صدای ناشی از حمل‌ونقل، پرواز هواپیما، بوق ماشین‌ها و سروصدای ترافیک، رانندگان، موتورسواران و فرورشدگانی که مغازه‌های آنان، کنار خیابان می‌باشد، بیشتر از سایر افراد در معرض خطر ناشنوایی ناشی از سروصدای ترافیک هستند. سروصدای ناشی از سیستم تهویه در منزل، صدای رادیو، تلویزیون، استریو، جاروبرقی، بازی‌های کامپیوتری و اسباب‌بازی‌های موزیکال و پرسروصدا از جمله عوامل مؤثر در اختلال‌های شنوایی هستند. برای نمونه تفنگ‌های باتری‌دار، سروصدایی حدود ۱۱۰ تا ۱۳۵ دسی‌بل تولید می‌کند که با صدای ایجادشده توسط یک کامیون سنگین، برابری می‌کند و می‌تواند برای شنوایی کودکان و پدر و مادر آنان خطرناک باشد. اجرای موزیک‌های کلاسیک مانند نواختن ویولون و فلوت می‌تواند به شنوایی نوازنده، آسیب جدی برساند. استفاده از وسایلی مانند هدفون برای شنیدن موسیقی با صدای بلند به‌مدت طولانی (بیش از یک‌ساعت در روز) به عصب شنوایی به‌شدت آسیب می‌رساند و باعث ناشنوایی زودرس و دائمی می‌گردد.

راه‌های پیشگیری از آلودگی‌های صوتی:

- میزان صدا در محیط‌هایی که کارگران به‌طور مداوم در معرض فعالیت‌های مغزی قرار دارند، نباید از ۱۰ دسی‌بل تجاوز کند.
- صدای ماشین‌آلات کارخانه‌ها نباید به بیرون برسد.
- منشأ آلودگی صوتی باید از بین برود.
- سعی شود از ایجاد واحدهای مسکونی در مجاورت فرودگاه‌ها و ایستگاه‌های راه‌آهن، جلوگیری شود.
- محدود و ممنوع کردن عبور کامیون‌ها و وسایل نقلیه‌ی پرسروصدا در سطح شهر.
- ساختمان‌ها و واحدهای مسکونی، ضد صدا و شیشه‌ی پنجره‌ها،

دوچاره ساخته شود.

- پدران و مادران در خرید اسباب‌بازی برای کودکان خود دقت کنند. اگر صدای آن، برای شما اذیت‌کننده است، به‌طور حتم برای شنوایی کودک شما مضر خواهد بود. از خرید اسباب‌بازی‌های پرسروصدا اجتناب نمایید و یا استفاده از آن‌ها را محدود به خارج از منزل و فضای باز و برای مدت کوتاه در نظر بگیرید.

- تن صدای رادیو، تلویزیون، واکمن و ضبط ماشین را کم کنید. در صورتی که بر سروصدای محیط، کنترل ندارید، از محافظ گوش‌ی استفاده کنید.

سایر توصیه‌ها برای پیشگیری از اختلال‌های شنوایی برحسب عامل‌های دیگر عبارتند از:

- هرگز گوش‌پاک‌کن، سنجاق‌سر، چوب‌کبریت یا سایر اشیاء را برای درآوردن جرم گوش یا خاراندن، در گوش خود فرو نکنید چون باعث پارگی پرده‌ی گوش و فروبردن جرم گوش به داخل و ایجاد مشکل‌های شنوایی خواهد شد. توجه داشته باشید جرم گوش، به هیچ‌وجه، کنیف و آلوده نیست؛ بلکه ترشح طبیعی و ضروری است که از گوش مراقبت می‌کند و خودبه‌خود به بیرون حرکت می‌کند و از مجرای گوش خارج می‌شود؛ بنابراین نیازی به دست‌کاری نیست.

- اگر دارو مصرف می‌کنید، از پزشک خود درباره‌ی تأثیر آن بر روی شنوایی، سؤال کنید.

- طی مسافرت‌های هوایی، هنگام بلندشدن هواپیما به‌طور مرتب، آب‌دهان خود را قورت‌دهید یا خمیازه بکشید و یا آب‌نات بمکید. اگر سرما خورده‌اید یا به سینوزیت و یا آنفولانزا مبتلا هستید، چندساعت قبل از پرواز، یک قرص آنتی‌هیستامین مصرف نمایید.

- همیشه هنگام رانندگی، کمربند ایمنی را ببندید و هنگام دوچرخه‌سواری، موتورسواری، اسکی و اسکیت، کلاه ایمنی بپوشید. این عادت‌ها می‌تواند خطر ضربه‌ی سر و گوش را کاهش دهد.

- اگر سیگار می‌کشید، هرچه زودتر آن را ترک کنید. برخی مطالعه‌ها نشان می‌دهند افرادی که سیگار می‌کشند، نسبت به دیگران، بیشتر ناشنوا می‌شوند.

در پایان، یادآور می‌شوم گوش‌ها، اندام‌های حساسی هستند که باید به‌دقت از آن‌ها مراقبت کنیم تا بتوانیم به‌واسطه‌ی داشتن گوش سالم، با دنیای اطراف، رابطه برقرار کنیم و از آن لذت ببریم. سپس ضمن حفاظت از این نعمت الهی و به‌شکرانه‌ی آن، با افرادی که به هر دلیل با اختلال‌های شنوایی مواجه هستند، رفتاری منطقی و عادلانه داشته باشیم، نه ترحم‌آمیز و نه اکراه‌آمیز و با برقراری رابطه‌ی صحیح اجتماعی و فراهم آوردن تسهیلاتی برای رفع مانع‌های رابطه‌ی این عزیزان با جامعه، تلاش کنیم تا آنان هم از زندگی طبیعی و با کیفیت مطلوب بهره‌مند شوند.

منبع: اینترنت



ماهرخ گلچین

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی