



보청기는 의사 진료 없이 착용해도 괜찮다?

잘 듣지 못하는 원인은 여러 가지가 있다. 그 중에는 청신경이 약해져서 보청기를 착용해야 하는 경우도 있지만 중이염처럼 수술이 필요한 경우도 있다. 또한 난청의 유형도 여러 가지인데 보청기를 의사의 정확한 진료와 처방 없이 구입해 착용하는 것은 불만족과 보청기 착용 실패의 직접적 원인이 된다. 보청기는 반드시 귀 전문 의사의 진료 후 착용해야 한다.

난청의 종류에 따른 보청기 선택과 조절은 매우 전문적인 과정에 의해 이뤄진다. 즉 일측성 난청인지 또는 양측성 난청인지에 따라 다르다. 또한 양측성인 경우에도 대청성과 비대청성 유무, 전음성과 혼합성인 경우, 소아와 성인의 경우 등 여러 가지 고려사항을 어떻게 조절하느냐에 따라 보청기 사용 여부가 결정된다.

귀는 자주 후벼주는 게 좋다?

“코끼리 다리보다 가는 것은 귀 속에 넣지 말라”는 서양의 옛 속담이 있듯이 귀는 손을 대지 않는 게 최상의 귓병 예방법이다. 귀지는 가만 놔둬도 저절로 안쪽에서 밖으로 나오게 된다. 또한 귀의 피부를 건강하게 보호하는 기능도 있다. 면봉으로 줍고 예민한 귀의 피부를 후비는 것은 자칫 염증을 일으킬 수 있으며 외이도염증 등에 따른 불필요한 고통을 초래한다. 수영이나 사우나 후에는 피부가 약해져 있기 때문에 더욱 조심해야 한다.

귀지는 더럽고 지저분하다?

가장 잘못된 상식 가운데 하나로 귀지는 오히려 보호막 역할을 한다. 일부 병적인 귀지도 있으나 정상적인 사람의 귀지는 대부분 세균의 침입과 세균의 발육을 저지하는 역할을 한다. 귀지는 그대로 두는 것이 좋다.

단 한 번의 큰소리에도 귀가 나빠질까?

일반적으로 소음성 난청은 직업 환경 등에 장기간 노출됐을 때 발생한다. 그러나 어느 정도 이상의 심한 소음(총소리, 노래방, 나이트 클럽 등)은 단 한 차례만 듣더라도 달팽이관의 신경세포를 망가뜨려서 회복이 불가능한 난청과 이명을 남기게 되는 만큼 조심해야 한다.

일반적으로 사람이 편안한 상태로 들을 수 있는 음역은 30~40dB로, 일상생활의 대화는 60dB 정도, 전기톱이나 나이트클럽의 강한 소음 등은 100~110dB 이상, 총성의 강도는 130~140dB 이상을 보이고 있다.

이 정도 소음에 한 차례만 잘못 노출되어도 난청, 이명 등의 돌이킬 수 없는 청각장애를 일으킬 수 있다.

전문의들은 이에 대해 자극적이고 강한 소음이 청신경을 손상시키는 '음향외상성 난청' (Acoustic Trauma)이라고 한다.

음향외상성 난청은 아주 큰 소리에 한차례 노출되는 경우 청각기관에 있는 유모세포가 손상돼 난청, 이명을 유발한다. 특히 총소리, 폭발음과 같은 단발성 굉음에 의한 손상의 경우 고막천공과 함께 즉각적인 감각신경성 난청이 생길 수 있다. 그러나 귀마개를 하는 등의 간단한 조작만으로도 난청의 위험을 크게 줄일 수 있다.

이어폰으로 음악 듣기는 괜찮을까?

한 실험에서 3시간 동안 이어폰으로 음악을 듣게 한 후 청력 검사를 해 본 결과 50% 이상이 일시적인 청력 감퇴 현상을 나타냈다. 이는 이어폰이나 헤드폰으로 볼륨을 높여 음악을 듣는 게 청력에 얼마나 해로운지를 단적으로 보여 준다.

청소년들이 CD, MP3 플레이어의 볼륨을 최대한 높였을 경우 소리의 강도는 100dB이다. 이들은 즐겨 듣는 락 음악의 경우는 무려 110dB이나 된다. 이러한 강도의 소리는 귀에 매우 치명적이다.


60세가 넘으면 3명 중 1명은 잘 못 듣는다?

나이가 들면서 나타나는 증상 가운데 가장 흔한 게 난청이다. 개개인의 차이는 있지만 60세 이상은 3명 중 1명, 70세 이상은 절반 가량이 청각 장애를 호소한다. 처음에는 TV나 전화가 잘 들리지 않다가 여러 사람의 소리가 섞여 있거나 친구의 말소리가 알아듣기 어려워지며 결국 가족간 대화에서도 불편을 느낀다.

난청은 단지 상대방의 말을 듣지 못하는 현상 뿐만 아니라 사회와 주변으로부터 정서적인 격리를 일으켜 심한 경우에는 우울증 등의 증상도 동반한다. 노인층이 증가하는 선진국에서는 보청기가 이미 선글라스와 같은 생활필수품이 되고 있다.

평균수명이 크게 늘어나는 만큼 난청극복 차원에서 보청기에 대해 보다 적극적이고 긍정적인 자세를 가져야 한다는 게 전문가들의 지적이다.

보청기를 끼면 귀가 더 빨리 나빠질까?

보청기를 쓰면 귀가 더 나빠진다는 속설이 있다. 이는 일반인들이 대표적으로 잘못 알고 있는 귀 건강 상식이다. 보청기는 청신경이 약해져서 상대방과의 대화나 TV, 전화 소리가 잘 들리지 않는 사람에게 큰 도움이 된다. 특히 신체의 다른 부위는 건강하면서도 청각 기능만 저하돼 있는 사람에게는 보청기 착용이 필요하다. 

〈출처 : 연합뉴스〉