

GIẢI PHÁP CHO NGƯỜI LÃO THÍNH

Bs Lâm Hoàng Yến

NỘI DUNG

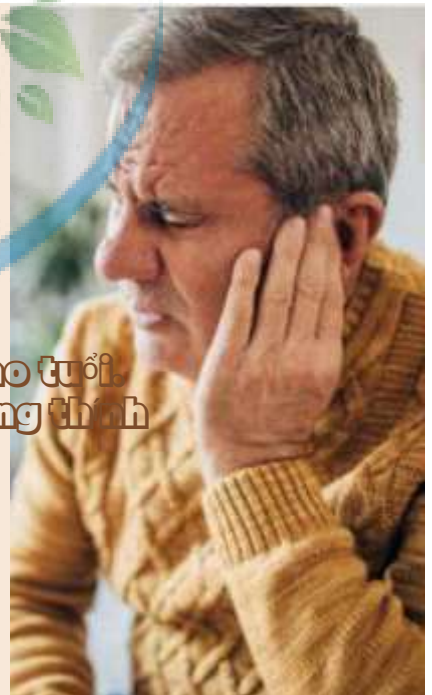
- I. TỔNG QUAN
- II. CHẨN ĐOÁN
- III. CÁC GIẢI PHÁP
- IV. NGUYÊN LÝ HOẠT ĐỘNG CÁC BIỆN PHÁP HỖ TRỢ SỨC NGHE
- V. KẾT LUẬN

I. TỔNG QUAN

1. ĐỊNH NGHĨA

Lão thính:

- sự suy giảm thính lực,
- làm hạn chế khả năng nghe
- ảnh hưởng đến việc giao tiếp ở người cao tuổi.
- là quá trình lão hóa tự nhiên của hệ thống thính giác theo thời gian
- xảy ra ở cả 2 tai.



2. TẦN SUẤT

Theo WHO:

- 20% dân số thế giới gặp vấn đề thính giác
- 40% người trên 65 tuổi có giảm thính lực

Tại Mỹ:

- 10% người trên 60 nghe kém.
- Theo Johns Hopkins Medicine, cứ 3 người trên 65 tuổi thì có 1 người mắc chứng lão thính

Tại Việt Nam:

Nghiên cứu tại 3 tỉnh Thái Nguyên, Phú Thọ, Bắc Ninh:

- 60 - 74 tuổi có tình trạng nghe kém:

⇒ 36,61% ở nam

⇒ 27,38% ở nữ

- Trên 75 tuổi tỷ lệ tăng gấp đôi

- 65,08% ở nam

- 37,06% ở nữ

3. NGUYÊN NHÂN



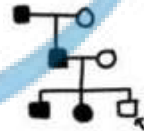
Tuổi tác



Bệnh lý toàn thân:
Tim mạch, đái tháo đường, tăng huyết áp



Tiếng ồn



Di truyền



Hút thuốc lá, rượu bia



Bệnh lý tai
(viêm tai giữa, thủng màng nhĩ, ãn)



Thuốc ảnh hưởng

- kháng sinh Aminoglycosid (streptomycin, gentamycin),
- NSAID (ibuprofen), thuốc kháng lao,
- các thuốc Salicylates (aspirin)

⇒ theo nghiên cứu hiện có hơn 200 loại dược phẩm gây ảnh hưởng thính lực

Các thay đổi trong hệ thống thính giác tuổi già :

- Thoái triển của các tế bào tiếp nhận, thần kinh, và mạch máu nuôi dưỡng của ốc tai.
- Sự linh hoạt của tiến trình thần kinh trung ương.



4. ẢNH HƯỞNG CHẤT LƯỢNG SỐNG CỦA NGƯỜI LÃO THÍNH

- Khó hiểu cuộc trò chuyện hàng ngày.
- Cảm giác có thể nghe nhưng không hiểu.
- Khó nghe chuông báo động hoặc chuông điện thoại.
- Khó khăn trong việc nói chuyện qua điện thoại.
- Không nghe rõ khi nhiều người cùng đang nói.
- Không nghe rõ lời nói thầm.
- Mở TV hoặc radio quá lớn.
- Yêu cầu người khác lặp lại thường xuyên.
- Cảm giác mệt mỏi sau một ngày nghe người khác nói.

- Sống khép kín, ngại giao tiếp, giảm sức khỏe thể chất, nguy cơ bị té ngã cao hơn gấp 3 lần.
- Sức trí tuệ, Trầm cảm Nguy cơ nhập viện tăng 47% với người bị mất thính lực kéo dài

SA SÚT TRÍ TUỆ

- Nghiên cứu Cohort tại Na Uy: hơn 7000 người từ năm 1996 đến 2019 với thời gian theo dõi hơn 20 năm.
- Kết quả cho thấy, những người có suy giảm thính lực có nguy cơ mắc sa sút trí tuệ cao hơn, đặc biệt ở nhóm dưới 85 tuổi ($RR = 1.12$ trên mỗi 10 dB suy giảm thính lực).
- Kết quả khác cho thấy rằng suy giảm thính lực có thể là một yếu tố nguy cơ độc lập đối với sa sút trí tuệ.



II. CHẨN ĐOÁN

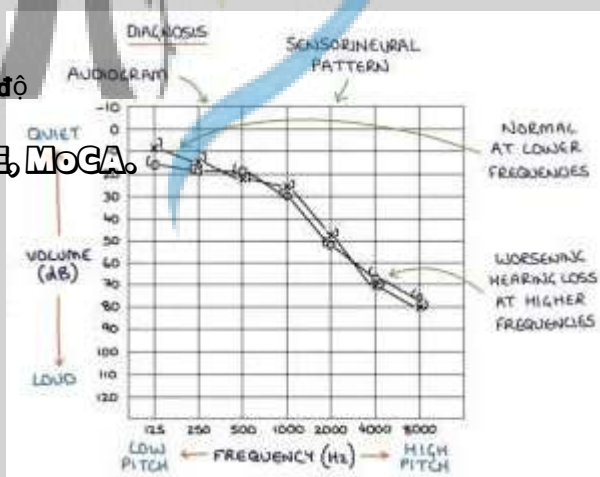
1. NHỮNG BIỂU HIỆN ĐẶC TRƯNG CỦA LÃO THÍNH

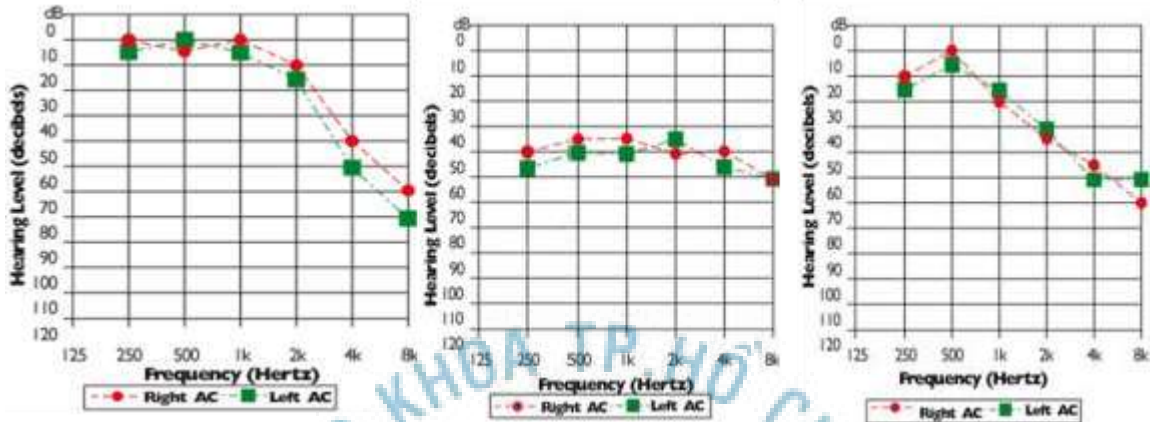
- Tăng ngưỡng nghe. (mở TV cường độ cao...) Giảm khả năng hiểu
- Lời trong môi trường ồn và có tiếng đời. (hỏi đi hỏi lại...) Giảm
- việc nhận biết những thay đổi nhanh trong lời nói. (khó khăn
- khi giao tiếp...) Suy giảm trong việc định hướng nguồn âm thanh.



2. Chẩn đoán và đánh giá

- Đo thính lực đồ: Kiểm tra mức độ nghe kém.
- Bài kiểm tra nhận thức: MMSE, MoCA.





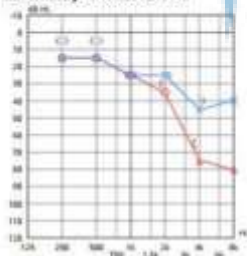
Lão thính tiếp
nhận



CAT TUONG
Nghe và để lại tiếng

PATIENT: QUAN CHAU KIEN - 1/1/1982 (42 years) - M

1: Pure tone audiometry - 1/17/2024 5:18 PM



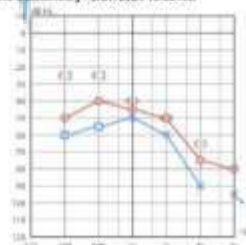
Lão thính hỗn
hợp

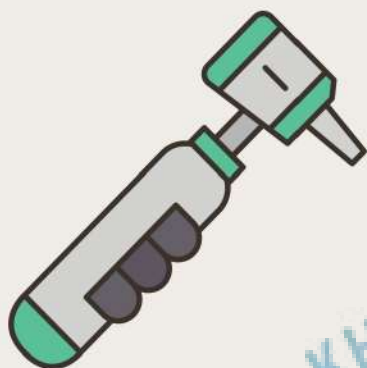


CAT TUONG
Nghe và để lại tiếng

PATIENT: CHAU TRAN PHI - 1/1/1961 (63 years) - M

1: Pure tone audiometry - 3/27/2024 10:02 AM





2. Chẩn đoán và đánh

Mức độ giảm thính lực	Ngưỡng nghe (dB HL)	Ảnh hưởng
Nhẹ	26-40 dB	Khó nghe âm thanh nhỏ, hội thoại trong môi trường ồn ào
Trung bình	41-70 dB	Khó nghe cuộc hội thoại bình thường, cần máy trợ thính Không nghe được hội thoại, cần máy trợ thính mạnh hoặc cấy điện cực ốc tai
Nặng	71-90 dB	Không nghe được lời nói, cần cấy điện cực ốc tai hoặc sử dụng ngôn ngữ ký hiệu
Sâu	> 90 dB	

III. GIẢI PHÁP

Các giải pháp cho người bị lão thính

- **Dinh dưỡng hợp lý:** kẽm, sắt
- **Điều trị các bệnh nền**
- **Bổ sung vitamin A, D, B, E**
- **Đeo máy trợ thính ngay sau khi thính lực đồ giảm độ II, III**
- **Luyện nghe có hướng dẫn**
- **Liệu pháp nhận thức**
- **Tăng cường giao tiếp xã hội**



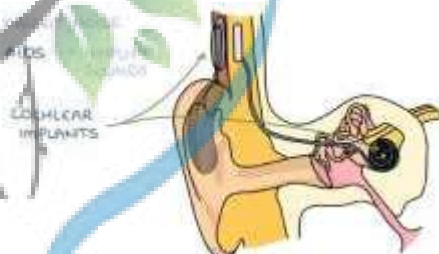
LỢI ÍCH CỦA VIỆC CAN THIỆP SỚM

- Tăng khả năng nghe, tăng sự hoạt động bình thường các synapse trong hệ thần kinh
- Tăng khả năng nhận biết lời $\Rightarrow$ tránh sa sút trí tuệ, cải thiện trí nhớ và sự nhạy bén về tinh thần
- Những người đeo máy trợ thính có mức độ trầm cảm thấp hơn, cải thiện khả năng giữ thăng bằng, giảm nguy cơ té ngã ở những người > 65 tuổi
- Theo tiến trình lão thính, nếu không can thiệp sớm thì mỗi năm ngưỡng nghe tăng 10dB

Chất lượng cuộc sống
tổng thể cao hơn



Máy trợ thính



Cấy điện cực ốc tai

IV. NGUYÊN LÝ HOẠT ĐỘNG CỦA CÁC BIỆN PHÁP HỖ TRỢ

MÁY TRỢ THÍNH

là thiết bị khuếch đại âm thanh, giúp người bị suy giảm thính lực nghe rõ hơn

Máy trợ thính hoạt động theo quy trình sau:

1. Thu âm thanh

Microphone thu âm thanh từ môi trường

2. Chuyển đổi và xử lý âm thanh

Máy trợ thính analog

khuếch đại toàn bộ âm thanh.

Máy trợ thính kỹ thuật

số xử lý âm thanh, lọc nhiễu và điều chỉnh mức khuếch đại cho từng tần số phù hợp với nhu cầu nghe.

3. Khuếch đại tín hiệu

Bộ khuếch đại tăng

đường âm lượng của âm thanh yếu để người dùng nghe rõ hơn.

4. Truyền âm thanh vào tai

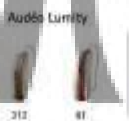
Loa phát âm thanh

đã khuếch đại vào tai người dùng



PHONAK
life is on

There is a Phonak for every ear.



Roger™



Roger Select™



Roger Table Mic

Wireless accessories



PowerMic



PowerControl



TV Connector

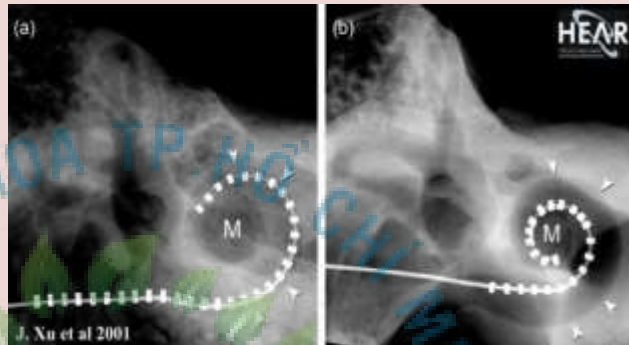
Apps



CẤY ĐIỆN CỰC ỐC

Cấy điện cực ốc tai (Cochlear Implant) là một thiết bị y tế giúp người bị mất thính lực nặng đến sâu có thể nghe được bằng cách **chuyển đổi âm thanh thành tín hiệu điện** và kích thích trực tiếp dây thần kinh thính giác.

Khác với máy trợ thính (chỉ khuếch đại âm thanh), cấy điện cực ốc tai bỏ qua phần thính giác và truyền tín hiệu trực tiếp đến não.



V. KẾT LUẬN

Lão thính là quá trình **giảm thính lực theo tuổi tác**.

Nhờ **tiến bộ của y học**, đặc biệt là **lão khoa**, **tuổi thọ dân số Việt Nam tăng** $\Rightarrow$ **tỉ lệ dân số bị lão thính cũng tăng** $\Rightarrow$ **ảnh hưởng rất nhiều tới chất lượng sống của người cao tuổi**.

Nên đo thính lực **đều mỗi năm 1 lần** ở người **trên 65 tuổi**

Lão thính ảnh hưởng nhiều đến **tinh thần lẫn thể chất**, **giao tiếp khó khăn**

Cần sự phối hợp của nhiều chuyên khoa.

Giải pháp dự phòng làm **chậm tiến trình** này dựa vào:

- **điều trị các bệnh lý nền phổ biến** ở người cao tuổi,
- **cần thiếp sớm đeo máy trợ thính**

$\Rightarrow$ **giúp người bị lão thính không sống khép kín, ngại giao tiếp**

Trường hợp giảm thính lực sâu có thể **xem xét cấy điện cực ốc tai**.

