Evde İşitme Testi Nasıl Yapılır

Evdeki her işitme kontrolünün gerçekte ne ölçtüğü, hangisinin kliniğe en çok yaklaştığı ve ton oyununun yeri.

Yazar: Lubor Šimůnek · Yayınlanma Tarihi: November 9, 2026 · Üretkenlik

Çevrimiçi sürüm: https://appstoryo.com/tr/blog/how-to-test-your-hearing-at-home



İşitmenizi evde üç yolla kontrol edebilirsiniz: AirPods Pro 2 veya 3 üzerinde çalışan ve yaklaşık beş dakikada 250 Hz ile 8 kHz arasını tarayan Apple işitme testi; hearWHO gibi doğrulanmış bir tarama; ya da hiçbir uygulama gerektirmeyen 10 soruluk bir öz kontrol. EarCheck: Hearing Test, bu listenin eğlenceli ucundaki ücretsiz bir iPhone ton oyunudur.

Açıklama: AppStoryo, EarCheck: Hearing Test uygulamasını geliştiren stüdyo tarafından işletiliyor. Aşağıdaki karşılaştırma herkesin doğrulayabileceği ölçütleri kullanıyor ve gerçek alternatifleri adıyla anıyor.

Bu seçeneklerden yalnızca biri oyun ve o da bizim. EarCheck: Hearing Test App Store'da ücretsiz, 22,3 MB, iOS 16.0 veya üzeri, 44 mağaza dilinde. 2 Kasım 2026'da bakıldığında Google Play kaydı yok; dolayısıyla aşağıda onunla ilgili her şey bir iPhone ve iPad yanıtıdır.

İşitmenizi evde gerçekten test edebilir misiniz?

Tarama yapabilirsiniz ve kliniğe en yakın olan şey zaten iOS'un içinde. Apple, AirPods Pro 2 veya AirPods Pro 3 ile yapılan işitme testinin işitme kaybınız olup olmadığını belirleyebildiğini ve her frekanstaki işitmenizi işitme düzeyi desibeli olarak gösterdiğini söylüyor. Test 250 Hz ile 8 kHz arasını yaklaşık beş dakikada tarıyor ve 18 yaş ve üzeri kişiler için tasarlanmış.

Bir düzenleyici burada çizgiyi çoktan çizdi. 12 Eylül 2024'te Amerikan gıda ve ilaç kurumu reçetesiz ilk işitme cihazı yazılımını onayladı: uyumlu AirPods Pro için işitme cihazı işlevi, algılanan hafif ile orta derece işitme kaybı olan 18 yaş ve üzeri yetişkinler için, 118 katılımcılı bir çalışmanın ardından. Kapsamı tam okuyun: yükseltmeyi kapsıyor, ton testlerini değil.

Bir klinik, telefonun ölçemediği neyi ölçer?

Sorunun nerede olduğunu, yalnızca var olduğunu değil. Amerikan konuşma, dil ve işitme derneği saf ses odyometrisini, her kulağa ayrı ayrı 250 Hz ile 8000 Hz arasında ses veren kulaklıklar olarak tanımlıyor; bunlar konuşmanın gerektirdiği frekanslar ve her yanıt bir odyogramda işaretleniyor: her perdede duyduğunuz en hafif sesin grafiği.

Sonra hiçbir telefonun taklit edemediği testler geliyor. Kulağın arkasına yerleştirilen bir kemik titreştirici titreşimi doğrudan iç kulağa gönderir ve bunu hava yoluyla karşılaştırmak iletim tipi kaybı duyusal-sinirsel ve mikst kayıptan ayırır. Timpanometri, zarın hareket edip etmediğini görmek için kanal basıncını değiştirir. Evdeki bir kontrol bir şeyin kısık olduğunu söyler; nedenini yalnızca bunlar söyler.

iPhone'da en güvenilir evde işitme testi nasıl yapılır?

Apple'ın hazırlık listesi yöntemin kendisidir ve neredeyse tamamı sızdırmazlık ve sessizlikle ilgilidir. Kulak ucu uyum testiyle doğrulanmış tam bir sızdırmazlık sağlayın; AirPods Pro 2 paketinde dört kulak ucu boyu, Pro 3 paketinde beş boy var. Temizleyin, çünkü kir sızdırmazlığı bozar. Sonra tam beş dakika boyunca sessiz kalacak bir oda bulun. Her ton üç kez çalar; tek dokunuş yeter.

Dört şey bir oturumu geçersiz kılar ve Apple her biri için bir süre veriyor: son 24 saat içinde soğuk algınlığı, sinüzit ya da kulak enfeksiyonu, süregelen alerji veya o süre içinde konser gibi gürültülü bir yerde bulunmak. Karşılığında kulak başına bir desibel değeri ve Sağlık uygulamasında saklanan, PDF olarak dışa aktarılabilen bir odyogram alırsınız.

Evde yapılan işitme testindeki desibel sayıları ne anlama gelir?

Apple aralıkları açıkça yayımlıyor. 25 dBHL'ye kadar kayıp yok ya da çok az demektir. 26 ile 40 dBHL arası hafif kayıptır: bir metreden (üç ayak) normal bir sesi duyarsınız. 41 ile 60 arası orta derecedir ve aynı mesafede yükseltilmiş bir ses gerektirir; 61 ile 80 arası ileri derecedir, sözcükler ancak kulağınıza bağırıldığında ulaşır.

Tek bir sayı bunların hepsini taşır, çünkü konuşmanın en çok ihtiyaç duyduğu frekansların ortalamasını alır. Her ev testi bunu vermez. hearWHO gürültüde rakam puanı döndürür, Hearing test | Audiogram App yaş normlarına karşı bir eğri çizer, EarCheck: Hearing Test ise bir işitme yaşı bildirir: üç şeyi ölçen üç birim. Birini asla ötekiyle karşılaştırmayın.

EarCheck: Hearing Test gerçekte neyi ölçüyor?

Frekans aralığınızın üst ucunu, oyun biçiminde. EarCheck: Hearing Test 8 Temmuz 2026 tarihli 1.0 sürümü, ücretsiz, 22,3 MB, iOS 16.0 veya üzeri ve Sağlık yerine Eğlence, Oyunlar ve Bilgi Yarışması altında listelenmiş. Alçaktan çok tizlere tonlar çalar, duyduğunuza dokunursunuz ve yakaladığınız en yüksek tonu genellikle onu duyan yaş grubuna eşler. Buradaki tüm uygulamaların dürüst üst sınırı, DSÖ taramasından geliyor:

> Whilst the test has a reasonable degree of accuracy, it is only intended as a screening

> test, with a small proportion of cases that may be incorrectly classified.

Bu, hearWHO'nun App Store kaydındaki sınırlamalar bölümü ve EarCheck'in kendisi için ileri sürdüğünden fazlasını ileri sürüyor: EarCheck'in kaydı büyük harflerle yalnızca eğlence amaçlı bir oyun olduğunu, tıbbi bir test, teşhis ya da tıbbi cihaz olmadığını söylüyor. Ayrım özde. Yaşa bağlı kayıp gerçekten aralığın üstünden başlar, ama teşhis konuşma frekanslarına dayanır ve en yüksek tonu arayan bir oyun onları hiç puanlamaz.

Evde hangi işitme kontrolünü kullanmalısınız?

Arkasında bir sağlık kurumu olsun istiyorsanız hearWHO seçin

- hearX Group, ücretsiz, 9 Eylül 2025 tarihli 1.8.1 sürümü, 114,3 MB, iOS 15.0 veya üzeri, 6 mağaza dili, 24 Şubat 2019'dan beri mağazada.
- DSÖ onu doğrulanmış gürültüde rakam teknolojisi üzerine kurdu ve gürültülü iş yerleri, yüksek sesle kişisel müzik dinleme ve 60 yaş üstü için öneriyor; bedeli 114 MB ve ortalaması 2,0 olan 45 ABD değerlendirmesi.

Marka güvencesi ve her kulaklık istiyorsanız Sennheiser Hearing Test seçin

- Sonova Consumer Hearing GmbH, ücretsiz, 11 Şubat 2025 tarihli 1.0.9 sürümü, 52,6 MB, iOS 16.0 veya üzeri, yalnızca İngilizce, 114 ABD değerlendirmesinde 4,62.
- Kaydı her kulaklığı, beş dakikanın altında bir değerlendirmeyi ve kayıt sonrası Sağlık eşitlemesini vaat ediyor; bedeli son güncellemenin Şubat 2025 tarihli olması.

Saklayabileceğiniz bir eğri istiyorsanız Audiogram App seçin

- Irakli Tsuladze, ücretsiz, 28 Eylül 2026 tarihli 2.9 sürümü, 78,7 MB, iOS 15.0 veya üzeri, 5 mağaza dili, 63 ABD değerlendirmesinde 4,37.
- Üç dakikalık hızlı test ya da daha uzun genişletilmiş oturum, çocuk modu, kulaklığınıza göre ses kişiselleştirme ve HealthKit'te saklama; kendi uyarısı tıbbi kullanımı dışlıyor.

Testi değil oyunu istiyorsanız EarCheck: Hearing Test seçin

- Ücretsiz, 22,3 MB, iOS 16.0 veya üzeri, 44 mağaza dili, hesap yok, reklam yok ve tamamen çevrimdışı; yani hiçbir sonuç telefondan çıkmıyor.
- Buradaki tek Sağlık yerine Eğlence altında listelenen uygulama, sessiz turlardan oluşan hile önleme moduna sahip tek uygulama ve işitmeniz hakkında hiçbir iddiada bulunmayan tek uygulama.

Evde işitme kontrolü ne zaman yanlış araçtır?

Bir karar sayıya dayandığı her durumda. En kullanışlı alternatif hiç uygulama değil: Amerikan sağırlık ve diğer iletişim bozuklukları enstitüsü 18 ile 64 yaş arası yetişkinler için 10 soruluk bir kontrol yayımlıyor; yetişkinler için işitme engeli envanterinden uyarlanmış ve üç ya da daha fazla evet yanıtı bir odyoloğa gitmek anlamına geliyor. Her soru bir durumu sorar, bir tonu değil.

Üç durum sınırı somutlaştırıyor. İşitmede ani değişiklik ya da bir kulağın daha kötü duyması: Apple'ın kendi talimatı doktorunuzla konuşmanız. Çocuk: o yaşta yaygın neden orta kulak sorunlarıdır ve bunları yalnızca timpanometri ya da serbest alan testi bulur. Reçetesiz işitme cihazı, algılanan hafif ile orta derece kayıpta durur. EarCheck: Hearing Test uygulamasını sizi randevu almaya yönelten şey olarak görün.

Evde işitme testi: sık sorulan sorular

İşitmeyi evde ücretsiz test etmek mümkün mü?

Evet, birkaç yoldan. AirPods Pro 2 ya da 3 varsa Apple işitme testi iOS'un içinde ücretsiz geliyor, hearWHO ve Sennheiser Hearing Test ücretsiz indirmeler ve NIDCD'nin 10 soruluk kontrolü hiçbir uygulama istemeyen bir web sayfası. EarCheck: Hearing Test de ücretsiz.

Telefonla yapılan işitme testi ne kadar doğru?

Taramaya yetecek kadar, teşhise değil. hearWHO kaydı kendisini, küçük bir oran yanlış sınıflanabilen bir tarama testi diye tanımlıyor ve doğruluğun kulaklığınıza ve ortam gürültüsüne bağlı olduğunu söylüyor. Apple'ın testi en çok yaklaşanıdır, çünkü donanımı ve sızdırmazlığı denetler.

Bir işitme testi hangi frekansları kapsar?

250 Hz ile 8000 Hz arasını. Amerikan konuşma, dil ve işitme derneğinin saf ses odyometrisi için verdiği aralık bu; konuşma orada taşındığı için seçilmiş ve Apple'ın işitme testi de aynı 250 Hz - 8 kHz aralığını kullanıyor. 15 kHz peşinde koşan oyunlar aralığınızın üstünü yoklar, konuşmayı değil.

iPhone'da işitme testi için AirPods Pro şart mı?

Apple'ın kendi işitme testi için evet: güncel yazılıma sahip AirPods Pro 2 ya da AirPods Pro 3 ile en son yazılımı yüklü bir iPhone veya iPad gerekiyor. Uygulama tabanlı kontroller böyle bir şey istemiyor ve Sennheiser kaydı değerlendirmesinin her kulaklıkla çalıştığını söylüyor.

EarCheck'in Android sürümü var mı?

2 Kasım 2026'da bakıldı, yok: EarCheck: Hearing Test için Google Play kaydı bulunmuyor; uygulama 44 mağaza dilinde yalnızca iPhone ve iPad için yayımlanıyor. Android kullanıp ücretsiz bir kontrol isteyenler için DSÖ'nün hem iOS hem Android'de yayımladığı hearWHO var.

Kaç dBHL normal işitme sayılır?

Apple'ın yayımladığı ölçekte 25 dBHL'ye kadar kayıp yok ya da çok az, 26 ile 40 dBHL hafif, 41 ile 60 orta ve 61 ile 80 ileri derece. Sayı, konuşma için en önemli frekansların ortalamasını alır; dolayısıyla ne en iyi ne de en kötü perdenizdir.

Soğuk algınlığı evdeki işitme testini bozar mı?

Evet ve Apple süreleri belirtiyor. Destek sayfası, son 24 saat içinde soğuk algınlığı, sinüzit ya da kulak enfeksiyonu geçirdiyseniz, süregelen alerjiniz varsa ya da o süre içinde konser gibi gürültülü bir yerde bulunduysanız sonucun etkilenebileceğini söylüyor. Bekleyin, sonra

yeniden deneyin.

EarCheck sonucumu bir yere gönderiyor mu?

Hayır. App Store kaydı oyunun tamamen çevrimdışı çalıştığını ve hiçbir verinin cihazınızdan çıkmadığını söylüyor; hesap da reklam da yok. Puan, paylaşmayı seçtiğiniz bir PDF olarak var oluyor ve bu yüzden yıllar içindeki bir değişimi sizin için izleyemez.

Kaynak gösterimi: Lubor Šimůnek (2026). *Evde İşitme Testi Nasıl Yapılır*. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/tr/blog/how-to-test-your-hearing-at-home
© 2026 lapnito.cz s.r.o.