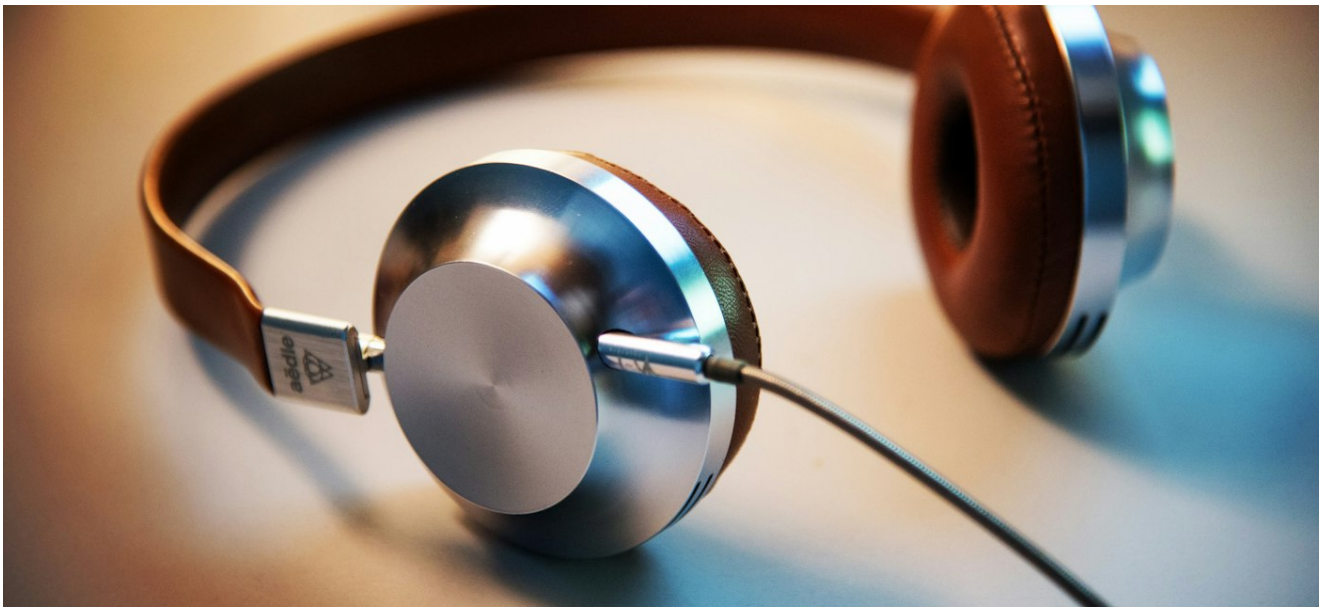
EarCheck: Hearing Test 评测 2026

一款免费的 iOS 声音游戏，用你捕捉到的最高音推测听力年龄，并与三款真实可查的同类应用逐项比较。

作者: Lubor Šimůnek • 发布日期: November 4, 2026 • 生产力 • 评分: ★★★★★ 5/5
在线版本: https://appstoryo.com/zh-hans/apps/earcheck-hearing-test-review-2026



EarCheck: Hearing Test 是一款免费的 iOS 声音游戏：它从低音一路播到极高音，你听见就点一下，最后给出一个由你捕捉到的最高音推算的听力年龄。应用完全离线运行，需要 iOS 16.0 或更新版本，在 App Store 提供 44 种语言，而它自己的介绍就写明这不是医学检查。

声明：*AppStoryo* 由开发 *EarCheck: Hearing Test* 的同一家工作室运营。下文的比较采用任何人都能公开核对的标准，并指名真实存在的同类应用。

EarCheck: Hearing Test 在 App Store 的下载体积为 23.4 MB，免费，没有广告也不需要账号，而且一条评分也没有，因为 1.0 版是 2026 年 7 月 8 日才上线的。

EarCheck: Hearing Test 是什么，它究竟在测什么？

EarCheck: Hearing Test 是一场约三分钟的音调测试，在商店里归入娱乐类，副类别是游戏和知识问答，分级为 4+。1.0 版可在 130 款受支持设备上运行，要求 iOS 16.0 或更新版本。它从低频往上走，你把听见的每个音都点一下，一轮结束时只给一个数字：通常还能听见你那个最高音的年龄段。

所以它测的是你可听范围的上限——在你自己的设备上，在你自己调的音量下。它不报告任何以分贝计的阈值，不校准任何东西，也从不声称相反。防作弊模式会插入无声的陷阱轮次，于是点在空处就会让这一轮作废，而最终成绩可以导出成 PDF。

EarCheck 怎样把一次扫频变成听力年龄？

这个对应关系是关于人群的陈述，不是对你本人的测量。多数人高频先失去，所以与年龄相关的听力损失往往先表现为辅音和高声音听不清，远早于觉得交谈变轻。EarCheck: Hearing Test 取你确认过的最高音，

说出通常还能听见它的年龄区间，并在应用内引用世界卫生组织、美国国立卫生研究院的材料和 ISO 7029 标准作为依据。一个好看的数字说明你最上面那个八度还完整，不说明你的听力被检查过。

手机上的音调测试准到可以相信吗？

当成游戏成绩，够了。用在别处就不够，原因在物理。听力正常的人接收 20 Hz 到 20,000 Hz 之间的声音，而一切听力图所依据的 0 dB 参考点定义在 1 kHz。手机加上你手边随便一副耳机，两者都无法可靠复现：这条链路上没有任何一环经过校准，所以应用知道你点了哪个音，却不知道那个音到你耳朵时有多响。

分贝把这个落差拉得更大，因为它走的是对数刻度，多 10 dB 听起来大约响一倍。音量旋钮上调两格，就能把一个你漏掉的音变成轻松捕捉到的音。任何手机音调测试的诚实读法都是相对的：它能显示你最上面那个八度变薄了，却给不出以分贝计的阈值，也给不出临床医生会称为听力图的东西。

按年龄看，真实的听力数字是什么样？

大到不适合用一款声音游戏来了解。NIDCD 的统计把 18 岁及以上美国成年人中约 15%、也就是大约 3,750 万人，列为自述听力有困难的人群；而在 70 岁以上本可从助听器受益的人里，用过的不到三分之一。85 dBA 及以上的长时间或反复暴露可能造成噪声性听力损失；在 70 dBA 及以下，无论持续多久都不太可能。

单是年龄就把概率推得很开：美国 65 至 74 岁的人里约三分之一有听力损失，75 岁以上则近一半听得吃力。放到全球，世界卫生组织统计有 4.3 亿人、占世界人口 5% 以上，因致残性听力损失需要康复服务——其定义是较好那只耳朵损失超过 35 dB；该组织还预计到 2050 年将有接近 25 亿人存在某种程度的听力损失。

EarCheck 怎么说自己？

比这一类里多数应用都直白。EarCheck: Hearing Test 在 App Store 的介绍以一段全大写的免责声明结尾，这里按公开的样子照引英文原文：

> EarCheck is a game for entertainment purposes only. It is not a medical test, diagnosis, or medical device, and it cannot measure your hearing health.

正是这句话让它待在娱乐类而不是健康健美类，也正是看待这个成绩的正确框架。想要这份挑战，就从 App Store 装上 EarCheck: Hearing Test，把结果当成一个背后附了出处清单的客厅小把戏；要是那个数字让你不安，就照它自己介绍里的建议办：去问医生或听力专业人士，而不是再玩一轮。

听力测试应用到底该用哪一款？

想要有口碑积累的，选 Mimi Hearing Test

- App Store 上 43,598 条评分，平均 4.75；EarCheck: Hearing Test 是零条
- 出自听力技术公司 Mimi Hearing Technologies GmbH，不是游戏工作室
- 6.9.0 版，最后更新于 2026 年 2 月 4 日；免费，iOS 16.0 或更新版本
- 想要一个能拿给别人看的结果而不是一个要打破的分数时，选它

想要每个频率一条曲线的，选 Hearing Test & Ear Age Test

- 发布者 Yuichi Sakashita；App Store 上 257 条评分，平均 4.56
- 2.4 版发布于 2026 年 10 月 3 日，维护活跃；免费，iOS 15.0 或更新版本
- 把你的反应逐个频率画出来，而不是压缩成一个数字
- 想看清是哪一段频率掉下去时，选它

只想要一个发声器的，选 High Frequency Tones

- 发布者 Tyler Vergho；App Store 上 801 条评分，平均 4.62
- 仍是 2020 年 5 月 6 日的 1.0.0 版，六年多没变过；免费，iOS 9.0 或更新版本
- 没有分数、没有年龄换算、没有陷阱轮次：你要哪个频率就放哪个
- 想自己安排测试、自己解读结果时，选它

想要游戏而不是检查的，选 EarCheck: Hearing Test

- 三分钟一轮，无声陷阱轮次会让瞎点的那一下作废
- 能把成绩导出成 PDF，上面三款都做不到
- 没有广告、不用账号、不走网络：23.4 MB，在飞行模式下照样能玩
- 已本地化为 App Store 的 44 种语言，但至今一条评分也没有

什么时候 EarCheck 是不适合的应用？

当你真的怀疑自己听力下降的时候。EarCheck: Hearing Test 给不出以分贝计的阈值，没法校准你的耳机，还自己说明它测不了听力健康，所以用它来判断该不该去看听力师，恰恰是它不适合的那一件事。它还只有 iOS 版：没有 Android 版本，用 Android 的家庭玩不到同一场挑战。

如果你想要历史记录，它也是错的选择：没有随时间变化的曲线，不能导出到 Apple 健康，也没有按频率的明细，所以一月的一轮和七月的一轮就是两个互不相连的成绩。不过，按它自己宣称的那种游戏来看，EarCheck: Hearing Test 值这 23.4 MB，而且在 App Store 上免费。

EarCheck: Hearing Test - 常见问题

EarCheck 是真正的听力检查吗？

不是。它在 App Store 的介绍写明 EarCheck 只是娱乐用的游戏，不是医学检查、诊断或医疗器械。它只是在未经校准的设备上播放音调并记录你点了哪些：够给一个分数，不够构成临床结论。真正的检查由专业人员在做过声学处理的房间里完成。

EarCheck: Hearing Test 免费吗？

免费，而且是彻底免费。App Store 上的价格为零，介绍承诺没有广告也不要账号，没有任何内购锁住防作弊模式或PDF 导出。下载的这 23.4 MB 就是应用全部，在扫频常常是付费部分的这一类里并不多见。

EarCheck 能离线使用吗？

能。音调是在设备上生成的，所以整整三分钟都可以在飞行模式下玩，介绍也声明没有数据离开设备。这同时意味着云端没有副本：删掉应用，记录就跟着没了，你导出的那份 PDF 是唯一留下的凭据。

EarCheck 有 Android 版吗？

没有。EarCheck: Hearing Test 只为 iPhone 发布，需要 iOS 16.0 或更新版本，所以 Android 手机上没有东西可装。想在 Android 上做同样的音调挑战得换别的应用，而这篇评测里的数字也不适用于它。

配 EarCheck 该用什么耳机？

在安静的房间里用有线耳机或封闭式头戴耳机，一轮下来最稳，因为手机扬声器削掉的正是这个游戏要探的高频。无论选哪一副，几轮之间都要保持同一副耳机和同一个音量：换掉其中任何一项，对结果的影响都远大于几个月的年龄变化。

为什么我已经听不到最高的音了？

因为频率范围的顶端先走。NIDCD 把与年龄相关的听力损失描述为逐渐发生、在高频最明显，所以辅音和高声音会先变模糊，交谈变轻在后。四十来岁听不到 18,000 Hz 很常见；要是说话的清晰度下降了，那才值得找专科。

EarCheck 会损伤你的听力吗？

只会像任何大音量的声音那样。音调都很短，但 NIDCD 把风险界线划在 85 dBA 及以上的长时间或反复暴露，而封闭式耳机配上满音量的手机是可能越过这条线的。开始扫频前把音量调到舒服的位置，别为了追一个听不到的音去往上推。

EarCheck 需要账号或者收集数据吗？

不需要账号，按它自己的介绍也没有数据离开设备。没有东西要注册，成绩背后也没有账户资料，所以关掉网络应用照样工作。唯一会离开设备的是导出的那份 PDF，而且只在你自己发送时才会。

如果 EarCheck 给出的听力年龄偏大，该怎么办？

把它当成一次提醒，不是结论。换到安静房间、用同一副耳机再玩一轮，排掉噪声和音量的干扰，然后看真正要紧的那个症状：在人多的场合里跟上别人说话是否变难了。如果确实变难，它介绍里的建议就适用：去问医生或有资质的听力专业人士。

引用格式: Lubor Šimůnek (2026). *EarCheck: Hearing Test* 评测 2026. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/zh-hans/apps/earcheck-hearing-test-review-2026
© 2026 lapnito.cz s.r.o.