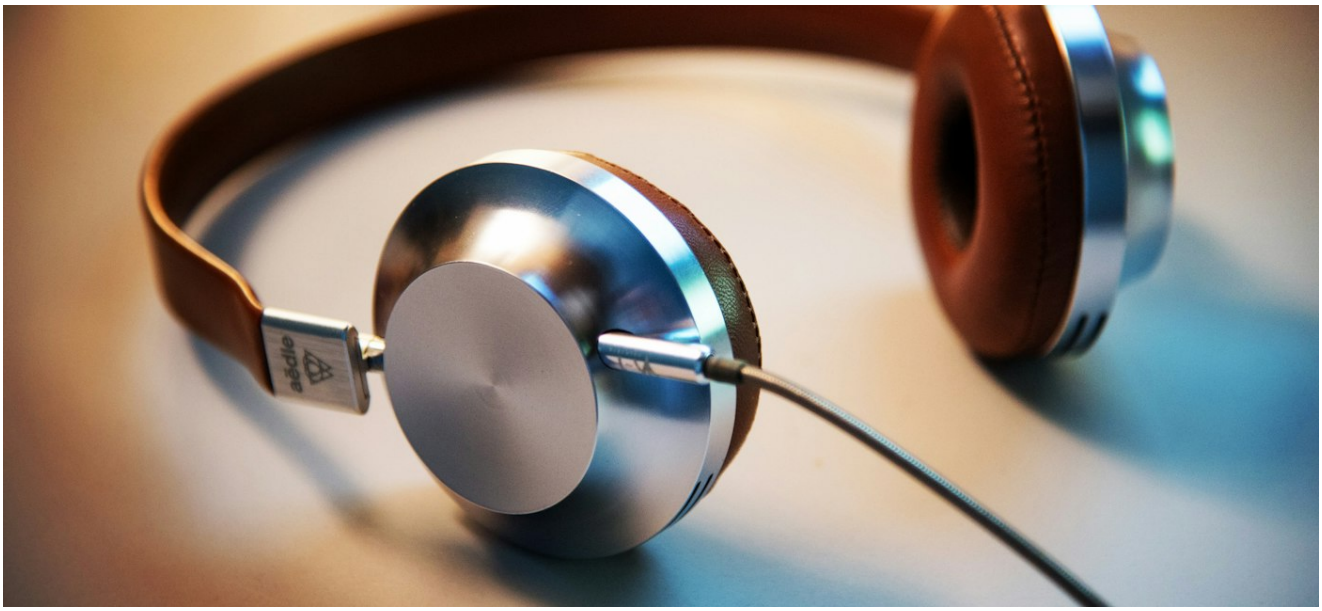
EarCheck: Hearing Test 評測 2026

一款免費的 iOS 聲音遊戲，用你抓到的最高音推估聽力年齡，並與三款查得到的同類應用程式逐項比較。

作者: Lubor Šimůnek • 發佈日期: November 4, 2026 • 生產力 • 評分: ★★★★★ 5/5
線上版本: https://appstoryo.com/zh-hant/apps/earcheck-hearing-test-review-2026



EarCheck: Hearing Test 是一款免費的 iOS 聲音遊戲：它從低音一路播到極高音，你聽見就點一下，最後給出一個由你抓到的最高音推算的聽力年齡。這款應用程式完全離線運作，需要 iOS 16.0 或更新版本，在 App Store 提供 44 種語言，而它自己的說明就寫清楚這不是醫學檢查。

聲明：*AppStoryo* 由開發 *EarCheck: Hearing Test* 的同一家工作室營運。以下比較採用任何人都能公開查核的標準，並指名真實存在的同類應用程式。

EarCheck: Hearing Test 在 App Store 的下載容量為 23.4 MB，免費，沒有廣告也不必建立帳號，而且一則評分也沒有，因為 1.0 版是 2026 年 7 月 8 日才上架的。

EarCheck: Hearing Test 是什麼，它到底在量什麼？

EarCheck: Hearing Test 是一場約三分鐘的音調測驗，在商店裡歸入娛樂類，次要分類是遊戲與益智問答，分級為 4+。1.0 版可在 130 款支援機型上執行，要求 iOS 16.0 或更新版本。它從低頻往上爬，你把聽見的每個音都點一下，一回結束時只給一個數字：通常還聽得見你那個最高音的年齡層。

所以它量的是你可聽範圍的上限——在你自己的機器上，在你自己調的音量下。它不回報任何以分貝計的閾值，不校正任何東西，也從未聲稱相反。防作弊模式會插入無聲的陷阱回合，因此點在空處就讓這一回失效，而最後的成績可以匯出成 PDF。

EarCheck 如何把一次掃頻換成聽力年齡？

這個對應是關於族群的敘述，不是對你本人的量測。多數人高頻先流失，所以與年齡相關的聽力損失常先表現為子音與高音域的人聲聽不清楚，遠早於覺得談話變小聲。EarCheck: Hearing Test 取你確認過的最

高音，說出通常還聽得見它的年齡區間，並在應用程式內引用世界衛生組織、美國國家衛生研究院的資料與 ISO 7029 標準作為依據。好看的數字代表你最上面那個八度還完整，不代表你的聽力受過檢查。

手機上的音調測驗準到可以相信嗎？

當作遊戲成績，夠了。用在其他地方就不夠，原因在物理。聽力正常的人接收 20 Hz 到 20,000 Hz 之間的聲音，而一切聽力圖所依據的 0 dB 參考點定義在 1 kHz。手機加上你手邊隨便一副耳機，兩者都無法可靠重現：這條路徑上沒有任何一段經過校正，所以應用程式知道你點了哪個音，卻不知道那個音抵達你耳朵時有多大聲。

分貝讓這段落差更大，因為它走的是對數刻度，多 10 dB 聽起來大約響一倍。音量往上兩格，就能把你漏掉的音變成毫不費力就抓到的音。任何手機音調測驗的誠實讀法都是相對的：它能顯示你最上面那個八度變薄了，卻給不出以分貝計的閾值，也給不出臨床醫師會稱為聽力圖的東西。

按年齡來看，真正的聽力數字長什麼樣？

大到不適合靠一款聲音遊戲來認識。NIDCD 的統計把 18 歲以上美國成年人中約 15%、也就是大約 3,750 萬人，列為自述聽覺有困難的族群；而在 70 歲以上原本可從助聽器受益的人當中，用過的不到三分之一。85 dBA 以上的長時間或反覆暴露可能造成噪音性聽力損失；在 70 dBA 以下，不論持續多久都不太可能。

單憑年齡就把機率拉得很開：美國 65 到 74 歲的人裡約三分之一有聽力損失，75 歲以上則將近一半聽得費力。放到全球，世界衛生組織統計有 4.3 億人、占世界人口 5% 以上，因失能性聽力損失需要復健服務——其定義是較好的那隻耳朵損失超過 35 dB；該組織並預估到 2050 年會有接近 25 億人出現某種程度的聽力損失。

EarCheck 怎麼說自己？

比這一類裡多數應用程式都坦白。EarCheck: Hearing Test 在 App Store 的說明以一段全大寫的免責聲明收尾，這裡依公開的樣子照引英文原文：

> 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.

正是這句話讓它留在娛樂類而不是健康與健身類，也正是看待這個成績的正確框架。想要這份挑戰，就從 App Store 安裝 EarCheck: Hearing Test，把結果當成背後附了出處清單的客廳把戲；若那個數字讓你不安，就照它自己說明裡的建議：去問醫師或聽力專業人員，而不是再玩一回。

聽力檢查的應用程式究竟該用哪一款？

想要累積過口碑的，選 Mimi Hearing Test

- App Store 上 43,598 則評分，平均 4.75；EarCheck: Hearing Test 是零則
- 出自聽力技術公司 Mimi Hearing Technologies GmbH，不是遊戲工作室
- 6.9.0 版，最後更新於 2026 年 2 月 4 日；免費，iOS 16.0 或更新版本
- 想要一個能拿給別人看的結果而不是一個要打破的分數時，選它

想要每個頻率一條曲線的，選 Hearing Test & Ear Age Test

- 發行者 Yuichi Sakashita；App Store 上 257 則評分，平均 4.56

- 2.4 版發行於 2026 年 10 月 3 日，維護活躍；免費，iOS 15.0 或更新版本
- 把你的反應逐個頻率畫出來，而不是壓成一個數字
- 想看清是哪一段頻率掉下去時，選它

只想要一個發聲工具的，選 High Frequency Tones

- 發行者 Tyler Vergho；App Store 上 801 則評分，平均 4.62
- 仍是 2020 年 5 月 6 日的 1.0.0 版，六年多沒改過；免費，iOS 9.0 或更新版本
- 沒有分數、沒有年齡換算、沒有陷阱回合：你要哪個頻率就放哪個
- 想自己安排測驗、自己判讀時，選它

想要遊戲而不是檢查的，選 EarCheck: Hearing Test

- 三分鐘一回，無聲陷阱回合會讓亂點的那一下失效
- 能把成績匯出成 PDF，上面三款都做不到
- 沒有廣告、不必帳號、不走網路：23.4 MB，在飛航模式下照樣能玩
- 已在地化為 App Store 的 44 種語言，但至今一則評分也沒有

什麼時候 EarCheck 是不該裝的應用程式？

當你真的懷疑自己聽力變差的時候。EarCheck: Hearing Test 給不出以分貝計的閾值，無法校正你的耳機，還自己說明它量不了聽力健康，所以拿它判斷該不該去看聽力師，恰恰是它不適用的那一件事。它也只有 iOS 版：沒有 Android 版本，使用 Android 的家庭玩不到同一場挑戰。

如果你想要歷史紀錄，它同樣是錯的選擇：沒有隨時間變化的曲線，不能匯出到 Apple 健康，也沒有按頻率的明細，所以一月的一回和七月的一回就是兩個互不相連的成績。不過，就它自己宣稱的那種遊戲而言，EarCheck: Hearing Test 值這 23.4 MB，而且在 App Store 上免費。

EarCheck: Hearing Test - 常見問題

EarCheck 是真正的聽力檢查嗎？

不是。它在 App Store 的說明寫明 EarCheck 只是娛樂用的遊戲，不是醫學檢查、診斷或醫療器材。它只是在未經校正的機器上播放音調並記下你點了哪些：夠給一個分數，不足以構成臨床判斷。真正的檢查由專業人員在做過聲學處理的房間裡進行。

EarCheck: Hearing Test 免費嗎？

免費，而且是徹底免費。App Store 上的價格為零，說明承諾沒有廣告也不必帳號，沒有任何應用程式內購買鎖住防作弊模式或 PDF 匯出。下載的這 23.4 MB 就是整個應用程式，在掃頻常常是付費部分的這一類裡並不常見。

EarCheck 可以離線使用嗎？

可以。音調是在機器上生成的，所以整整三分鐘都能在飛航模式下玩，說明也聲明沒有資料離開裝置。這同時表示雲端沒有備份：刪掉應用程式，紀錄就跟著消失，你匯出的那份 PDF 是唯一留下的憑據。

EarCheck 有 Android 版嗎？

沒有。EarCheck: Hearing Test 只為 iPhone 發行，需要 iOS 16.0 或更新版本，所以 Android 手機上沒有東西可裝。想在 Android 上做同樣的音調挑戰得換別的應用程式，而這篇評測裡的數字也不適用於它。

搭配 EarCheck 該用什麼耳機？

在安靜的房間裡用有線耳機或封閉式頭戴耳機，一回下來最穩，因為手機喇叭削掉的正是這個遊戲要探的高頻。不論選哪一副，幾回之間都要維持同一副耳機和同一個音量：換掉其中任何一項，對結果的影響都遠大於幾個月的年齡變化。

為什麼我已經聽不到最高的音了？

因為頻率範圍的頂端先走。NIDCD 把與年齡相關的聽力損失描述為逐漸發生、在高頻最明顯，所以子音和高音域的人聲會先變模糊，談話變小聲在後。四十幾歲聽不到 18,000 Hz 很常見；若是說話的清晰度下降了，那才值得找專科。

EarCheck 會傷害你的聽力嗎？

只會像任何大音量的聲音那樣。音調都很短，但 NIDCD 把風險界線畫在 85 dBA 以上的長時間或反覆暴露，而封閉式耳機搭上滿音量的手機是可能越過這條線的。開始掃頻前先把音量調到舒服的位置，別為了追一個聽不到的音而往上推。

EarCheck 需要帳號或會收集資料嗎？

不需要帳號，依它自己的說明也沒有資料離開裝置。沒有東西要註冊，成績背後也沒有個人檔案，所以關掉網路照樣能用。唯一會離開裝置的是匯出的那份 PDF，而且只在你自己傳送時才會。

如果 EarCheck 給出的聽力年齡偏大，該怎麼辦？

把它當成一次提醒，不是結論。換到安靜房間、用同一副耳機再玩一回，排除噪音與音量的干擾，然後看真正要緊的那個症狀：在人多的場合裡要跟上別人說話是否變難了。如果確實變難，它說明裡的建議就適用：去問醫師或有資格的聽力專業人員。

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