

وزوز گوش؛ علل و درمان آن

این عارضه یکی از اختلالات شنوایی است که فرد را هم از نظر روحی و روانی و هم جسمی درگیر می‌کند و در واقع اسم آن را سرطان دستگاه شنوایی گذاشته‌اند.



این عارضه یکی از اختلالات شنوایی است که فرد را هم از نظر روحی و روانی و هم جسمی درگیر می‌کند و در واقع اسم آن را سرطان دستگاه شنوایی گذاشته‌اند.

گیرنده گوش شامل کانال گوش خارجی، گوش میانی، پرده گوش و استخوان‌های ریز گوش است. قسمتی که صدا را تفسیر می‌کند، در مغز قرار دارد.

بین مغز و گوش، عصب شنوایی به عنوان پل ارتباطی قرار گرفته است. این عصب از گوش خارجی به گوش میانی و از سمت حلزون گوش به سمت مغز امتداد دارد. اگر در این مسیر مشکلی به وجود آید، می‌تواند عامل وزوز باشد.

گوش داخلی، در داخل استخوان گیجگاهی سر قرار گرفته است. سختی این استخوان بعد از مینای دندان، مقام دوم را در بدن دارد. در کنار این استخوان، غشایی قرار گرفته که احشای داخلی را عایق‌بندی می‌کند. اگر هر عاملی (مثل ضربه، تروما یا داروها) عایق پیرامون ساختمان داخلی گوش را دچار آسیب کند، می‌تواند در گوش ایجاد صدا نماید.

وزوز گوش

این عارضه یکی از اختلالات شنوایی است که فرد را هم از نظر روحی و روانی و هم جسمی درگیر می‌کند و در واقع اسم آن را سرطان دستگاه شنوایی گذاشته‌اند.

وزوز صدایی است که به خاطر درگیری‌های راه‌های عصبی و قشر مغز اتفاق می‌افتد، زمانی که سلول‌ها و نورون‌های مغز فعالیت اضافه پیدا می‌کنند.

از هر پنج نفر یکی به وزوز گوش دچار می‌شود. وزوز گوش، می‌تواند نشانه‌ای از یک بیماری زمینه‌ای مانند کم‌شنوایی یا آسیب گوش باشد.

البته حدود 8 تا 15 درصد افراد، ممکن است صدایی را به صورت کوتاه مدت یعنی کمتر از 5 تا 80 دقیقه در گوش‌شان حس کنند و بعد از بررسی معلوم شود که این صدا مربوط به عارضه یا بیماری خاصی نیست.

انواع وزوز گوش

وزوز فردی: فقط خود فرد قادر به شنیدن صدای وزوز است.

وزوز عینی: اگر فرد دیگری گوش خود را نزدیک فرد مبتلا ببرد، صدای وزوز را خواهد شنید.

علل وزوز گوش

- وزوز نوع فردی، به علت بروز مشکل در گوش خارجی، میانی یا داخلی ایجاد می‌شود.

- وزوز عینی، در اثر اختلالات عروقی، وضعیت استخوانی گوش یا انقباضات عضلانی بروز می‌کند.

- فشار خون بالا یا پایین، تومور، دیابت، مشکلات تیروئید، آسیب به سر و گردن، آنتی بیوتیک‌ها، آرامش بخش‌ها و آسپیرین نیز باعث وزوز گوش می‌شوند.

- افزایش سن (افراد بالای 65 سال). در این افراد، دیواره عروق سخت می‌شود و در نتیجه عروقی که حلزون گوش را تغذیه می‌کنند، تنگ شده و سبب کم‌خونی در قسمتی از حلزون می‌شوند که این خود عاملی برای ایجاد وزوز گوش است.

- قرار گرفتن در معرض صداهای بلند برای مدتی طولانی

- تجمع جرم در گوش

- سفتی استخوانچه‌های گوش میانی و چسبندگی آن‌ها

- برخی از داروها نظیر سالیسیلات‌ها، ایبوپروفن، ایندومتاسین، فلزات سنگین مانند آرسنیک، کینین و بعضی از ضد افسردگی‌ها

- آسیب حلزون گوش و عصب زوج هشتم مغزی

- تومورهای عصب شنوایی

- آلودگی‌های صوتی در محیط‌های کار و زندگی

- وقتی سر را پایین می‌آورید یا در حالت درازکش قرار می‌گیرید، فشار وریدی ناحیه جمجمه بالا می‌رود. بالا رفتن این فشار وریدی همراه با نازک شدن دیواره استخوانی (که بین شریان‌های مغز وجود دارد)، سبب می‌شود صدای ضربان یا نبض به حلزون منتقل شود و صداهایی در گوش ایجاد کند.

موفق‌ترین روش درمان، روش بازآموزی وزوز است. در این روش به فرد یاد می‌دهند که با استفاده از کنترل‌کننده‌های صدا و با شرکت در جلسات آموزشی، هم صدای وزوز و هم اضطراب را کنترل کند

علائم وزوز گوش

وزوز گوش معمولاً با شنیده شدن صداهایی آزاردهنده که در محیط خارجی وجود ندارد، نمایان می‌شود.

ممکن است صدای زنگی در گوش احساس شود، گاهی وزوز، همهمه، صدای تیک‌تیک، سوت یا صدایی مانند وزش باد.

شدت این صدا می‌تواند ضعیف یا پر سر و صدا باشد.

گاهی این صداها تا حدی بلند است که با زندگی روزانه و تمرکز فرد تداخل پیدا می‌کند و باعث می‌شود صداهای واقعی که در محیط بیرون وجود دارد، به راحتی شنیده نشود.

عوارض وزوز گوش

خستگی، استرس، مشکلات خواب، عدم تمرکز، مشکلات حافظه، افسردگی، اضطراب و تحریک‌پذیری.

درمان وزوز گوش

ابتدا باید بیماری ایجادکننده وزوز گوش را تشخیص داد، تا بتوان مشکل را درمان کرد. درمان‌های وزوز گوش عبارتند از:

1- درمان‌های پزشکی و توانبخشی

2- استفاده از سمک

3- تحریک الکتریکی یا مغناطیسی: وزوز، ناشی از اختلال در عملکرد عصب شنوایی است و اگر این عصب تحریک شود، به حالت اولیه برخواهد گشت.

4- موفق‌ترین روش درمان، روش بازآموزی وزوز است. در این روش به فرد یاد می‌دهند که با استفاده از کنترل‌کننده‌های صدا و با شرکت در جلسات آموزشی، هم صدای وزوز و هم اضطراب را کنترل کند.

5- مجموعه‌ای شامل: طب سوزنی گوش، تمرین عضلات کمر، سر و صورت و اصلاح فرم بدن. فرم بد گردن، به بلوکه شدن مفاصل و کوتاه شدن و ضعف برخی عضلات ناحیه سر و صورت منجر می‌شود، لذا نرمش عضلات و بهبود فرم بدن، بخشی از روش درمان ابداعی را تشکیل می‌دهد.

وزوز گوش و کاهش شنوایی

بیماری‌ای به نام منییر باعث افزایش فشار گوش داخلی می‌شود و وزوزگوش را ایجاد می‌کند. اگر این بیماری پیشرفت کند، به کاهش شنوایی منجر خواهد شد و کاهش شنوایی اثر وزوز را بیشتر می‌کند.

عفونت گوش و وزوز گوش

عفونت‌های گوش، موجب جذب عفونت به گوش داخلی می‌شود و این عفونت‌ها، سبب ایجاد وزوز می‌شوند. اگر عارضه برگشت‌پذیر باشد، با درمان عفونت، وزوز از بین می‌رود. ولی اگر برگشت‌ناپذیر بوده و صدمه خیلی شدید باشد، صدا از بین نخواهد رفت.

نکات قابل توجه

* آرامش داشته باشید و به وزوز فکر نکنید. هر چه بیشتر به این مشکل فکر کنید، طنین صدا را در گوش خود بیشتر خواهید شنید.

* برای کنترل وزوز گوش توجه کنید که چه فعالیت‌هایی در طول روز، شما را از دقت به صدای گوش‌تان باز می‌دارد.

* از قرار گرفتن در معرض اصوات بلند خودداری کنید.

* مرتب فشارخونتان را کنترل کنید.

* سیگار نکشید، کمتر نمک بخورید و در مصرف چای، قهوه و نوشابه‌های گازدار افراط نکنید.