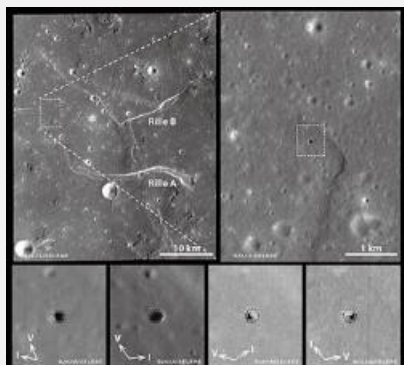


وزوز اضطراب در گوش شما

انگار یکی دم گوشم زنگ می‌زنه، هر شب با صدای صوت قطاری که در گوشم کشیده می‌شود، چشمانم رنگ خواب را به خود نمی‌بینند...



انگار یکی دم گوشم زنگ می‌زنه، هر شب با صدای صوت قطاری که در گوشم کشیده می‌شود، چشمانم رنگ خواب را به خود نمی‌بینند و... اینها همه از علائم یک بیماری به نام وزوز گوش است که شیوع نسبتاً زیادی دارد و بسیاری را درگیر خود می‌کند. دکتر علیرضا محبی، جراح و متخصص گوش، حلق، بینی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران در این باره می‌گوید: وقتی صدایی در داخل گوش بدون محرک خاصی ایجاد می‌شود و توسط بیماران به شیوه‌های بخصوصی همچون صدای پرندگان، در، انواع و اقسام اشیاء و... بیان می‌شود، بیمار به وزوز گوش مبتلا شده است. این پزشک متخصص وزوز را به 2 دسته بزرگ طبقه‌بندی می‌کند که در گروه اول فقط خود بیمار است که متوجه صدا می‌شود و بخش اعظم بیماران را تشکیل می‌دهد و در گروه دوم علاوه بر بیمار، شخص معاینه‌کننده یا فرد دیگری نیز متوجه صدا می‌شود که جمعیت کمی از بیماران در این گروه قرار می‌گیرند. همچنین برخی از متخصصان وزوز را به گروه وزوزهای ضربان‌دار (نبض‌دار) و وزوزهای غیرنبض‌دار تقسیم می‌کنند.

دکتر محبی با بیان این مطلب می‌افزاید: در وزوزهای ضربان‌دار، معمولاً صدایی را که بیمار می‌شنود همگام با صدای ضربان قلب یا نبض است و بیمار هنگام افزایش حرکات بدنی، با افزایش وزوز مواجه می‌شود که در این دسته از وزوزها علل ناهنجاری‌ها یا مشکلات عروقی شامل تومورهای عروقی، ضایعات عروقی، تصلب شریانی و... است و مشکلات عضلانی به صورت انقباض غیرارادی برخی عضلات دیده می‌شود که در برخی از عضلات گوش میانی یا حلق ایجاد صدا می‌کند و وزوز توسط شخص دیگر نیز شنیده می‌شود. به گفته این عضو هیات علمی دانشگاه دسته اصلی وزوز گوش ضربان‌دار نیست و به صورت انواع و اقسام صداها شنیده می‌شود که گاهی با کاهش شنوایی نیز همراه است و شیوع آن با بالا رفتن سن، افزایش می‌یابد که یک سری علل را همچون تومورهای مغزی و برخی از بیماری‌های گوش داخلی (مینر) را تشکیل می‌دهد.

گفتنی است اگر وزوز یک طرفه باشد از لحاظ ارزیابی خطرناک است ولی در اکثر وزوزها علل مشخصی وجود ندارد و بسیاری آن را به آلودگی صوتی یا برخی از مواد و داروهای سمی گوش داخلی (مثل برخی از مواد تزریقی همانند جنتامایسین) ربط می‌دهند. بنابراین وظیفه پزشک این است که پس از مشاهده بیمار وی را معاینه کامل و تست شنوایی کند ولی علت این پدیده هنوز شناخته شده نیست و هیچ درمان دارویی و جراحی به صورت کامل در این عارضه موثر نیست.

اقدامات درمانی

دکتر محبی با اشاره به این‌که وزوزهای گوش در افراد، مختلف و غیر یکسان است اظهار می‌کند: در حل معضل وزوز گوش علاوه بر حل مساله $\#171$ جسمی $\&$ ؛ باید فرد به لحاظ $\#171$ روحي $\&$ ؛ درمان شود و اختلالات اضطراب، افسردگی و استرس وی کاهش یابد چرا که تمامی این عوامل می‌توانند وزوز گوش را تشدید کنند.

این جراح و متخصص یادآور می‌شود: می‌توان با $\#171$ تغییر سبك زندگي $\&$ ؛ وزوز گوش را بهبود بخشید مثلاً ورزش موجب کاهش استرس و اضطراب و در نتیجه کاهش وزوز می‌شود یا بیماران که شب، به هنگام سکوت دچار این عارضه می‌شوند نیز می‌توانند از موزیک‌های ملایم استفاده کنند.

یک توصیه

دکتر محبی در پایان می‌افزاید: زیاده‌روی در برخی از آنتی‌بیوتیک‌ها همچون جنتامایسین و آسپیرین می‌تواند باعث ایجاد وزوز گوش شود به همین دلیل بهتر است شخص علاوه بر جلوگیری از در معرض سر و صدا قرار گرفتن، از مصرف بالای این داروها خودداری کند.