طنين الأذن

Tinnitus

محتويات المقال:

ما هو طنين الأذن؟

ما هي أسباب طنين الأذن؟

ما هي أعراض طنين الأذن؟

ما هي مضاعفات طنين الأذن؟

كيف يتم تشخيص طنين الأذن؟

كيف يمكن الوقاية من طنين الأذن؟

ما هو علاج طنين الأذن؟

طنين الأذن:

غالبًا ما يوصف بأنه رنين أو أزيز أو صفير أو هسهسة في الأذنين. يمكن أن يحدث طنين الأذن بسبب مجموعة متنوعة من العوامل، بما في ذلك التعرض للضوضاء الصاخبة، والتهابات الأذن، وبعض الأدوية، وإصابات الرأس أو الرقبة.

يمكن أن يكون طنين الأذن مؤقتًا أو مزمنًا، ويمكن أن تتراوح شدته من خفيف إلى قوي جدا.

أسباب طنين الأذن:

يمكن أن يكون لطنين الأذن أسباب متنوعة. تتضمن بعض الأسباب الأكثر شيوعًا ما يلي:

- تلف الأذن الداخلية أو القوقعة: يمكن أن يتسبب التعرض لضوضاء عالية أو بعض الأدوية في تلف خلايا الشعر الحساسة في الأذن الداخلية، مما يؤدي إلى الإصابة بطنين الأذن.
- انسداد شمع الأذن: يمكن أن يؤدي الإفراط في شمع الأذن إلى انسداد قناة الأذن والتسبب في الطنين.

- فقدان السمع المرتبط بالعمر: مع تقدمنا في العمر ، يمكن أن تموت خلايا الشعر في الأذن الداخلية، مما يؤدي إلى فقدان السمع وطنين الأذن.
- تغيرات عظام الأذن: يمكن أن يؤدي تصلب العظام في الأذن الوسطى (تصلب الأذن) إلى طنين الأذن.
- إصابات الرأس أو الرقبة: يمكن أن يكون طنين الأذن من أعراض إصابة الرأس أو الرقبة.
- اضطرابات القلب والأوعية الدموية: يمكن أن تسبب بعض اضطرابات القلب والأوعية الدموية طنين الأذن ، مثل ارتفاع ضغط الدم.
- مرض مينير: اضطراب في الأذن الداخلية يمكن أن يسبب الدوار وفقدان السمع وطنين الأذن.
- بعض الأدوية: يمكن لبعض الأدوية أن تسبب طنين الأذن كأثر جانبي، مثل المضادات الحيوية وأدوية السرطان ومضادات الاكتئاب.

أعراض طنين الأذن:

- يمكن أن تشمل أعراض الطنين رنينًا أو طنينًا أو صفيرًا أو أصواتًا أخرى في الأذنين أو الرأس. قد يعاني بعض الأشخاص من طنين الأذن كضوضاء مستمرة، بينما قد يعاني الآخرون منه فقط من حين لآخر. يمكن أن يتفاوت طنين الأذن أيضًا في شدته، من إزعاج خفيف إلى حالة شديدة ومنهكة. قد يعاني بعض الأشخاص المصابين بطنين الأذن أيضًا من فقدان السمع أو صعوبة النوم.

مضاعفات طنين الأذن:

- يمكن أن يكون لطنين الأذن تأثير كبير على نوعية حياة الشخص، مما يؤثر على قدرته على العمل والنوم والاستمتاع بالأنشطة الاجتماعية. يمكن أن يؤدي أيضًا إلى الاكتئاب والقلق ومشاكل عاطفية أخرى.

تشخيص طنين الأذن:

- يبدأ تشخيص طنين الأذن عادةً بتاريخ طبي شامل وفحص بدني، بما في ذلك فحص الأذنين.
- يمكن أيضًا إجراء مخطط سمعي، وهو اختبار يقيس سمع الشخص، للمساعدة في تحديد سبب طنين الأذن.
- يمكن أيضًا إجراء اختبارات أخرى مثل دراسات التصوي، واختبارات الدم، واستجابة جذع الدماغ السمعي (ABR) لاستبعاد الأسباب المحتملة الأخرى لطنين الأذن.

- في بعض الحالات، قد يكون الطنين ناتجًا عن حالة كامنة مثل التهاب الأذن، أو ورم في قاعدة الجمجمة، أو ارتفاع ضغط الدم، والتي يمكن تشخيصها وعلاجها وفقًا لذلك.
- في حالات أخرى، قد يكون سبب الطنين هو التعرض للضوضاء الصاخبة، أو بعض الأدوية، أو فقدان السمع المرتبط بالعمر، والذي لا يتطلب أي علاج محدد.

- من المهم استشارة اختصاصي السمع أو طبيب متخصص في اضطرابات الأذن والأنف والحنجرة من أجل التشخيص الصحيح لطنين الأذن واستبعاد أي حالة كامنة قد تساهم في ظهور الأعراض.

الوقاية من طنين الأذن:

هناك عدة طرق للوقاية من طنين الأذن أو تقليل خطر الإصابة به:

- حماية أذنيك من الضوضاء الصاخبة: تجنب التعرض الطويل للضوضاء الصاخبة، مثل الحفلات الموسيقية أو مواقع البناء أو الأدوات الكهربائية. استخدم سدادات الأذن أو سماعات إلغاء الضوضاء لحماية أذنيك عندما لا يمكنك تجنب الضوضاء العالية.
- راقب الأدوية الخاصة بك: بعض الأدوية، مثل المضادات الحيوية ومضادات الاكتئاب والأسبرين، يمكن أن تسبب طنين الأذن كأثر جانبي. إذا كنت تتناول هذه الأدوية وتعاني من طنين الأذن، فتحدث إلى طبيبك حول الخيارات البديلة.
- الحفاظ على نمط حياة صحي: يمكن أن يساعد الحفاظ على نظام غذائي صحي وتمارين روتينية، وكذلك تجنب التدخين، في تقليل خطر الإصابة بطنين الأذن.
- عمل فحوصات منتظمة: يمكن أن تساعد الفحوصات المنتظمة مع أخصائي السمعيات أو طبيب الأذن والأنف والحنجرة في اكتشاف أي مشكلات محتملة في سمعك في وقت مبكر، والسماح بالعلاج المبكر إذا لزم الأمر.

علاج طنين الأذن:

يعتمد علاج الطنين على السبب الكامن وراءه، إذا كان هناك سبب.

تشمل بعض العلاجات الشائعة ما يلي:

- العلاج الصوتي: يتضمن تعريض الشخص لأصوات مهدئة، مثل الضوضاء البيضاء، والتي يمكن أن تساعد في إخفاء طنين الأذن وجعله أقل وضوحًا.

- العلاج السلوكي المعرفي: يمكن أن يساعد هذا النوع من العلاج الأشخاص الذين يعانون من طنين الأذن على تعلم كيفية إدارة أعراضهم وتقليل الضغط العاطفي الناجم عن طنين الأذن.
- الأدوية: في بعض الحالات، قد يتم وصف الأدوية مثل مضادات الاكتئاب أو الأدوية المضادة للقلق للمساعدة في إدارة أعراض الطنين.
- علاج إعادة التدريب على الطنين (TRT): العلاج بالرنين المغناطيسي هو شكل من أشكال العلاج الذي يستخدم مزيجًا من الاستشارة والعلاج الصوتي لمساعدة الشخص على التعود على طنين الأذن، بحيث يصبح أقل وضوحًا.
- الجراحة: في حالات نادرة، قد تكون هناك حاجة لعملية جراحية لعلاج حالة كامنة تسبب طنين الأذن.
- استخدام المعينات السمعية في حالات ضعف السمع.

اعتماد: مركز صحة الرأس والعنق وقاع الجمجمة




KAMC
المعرفة