



Informacja prasowa

Międzynarodowy Tydzień Wiedzy o Szumach Usznych

Diagnostyka i leczenie szumów usznych stanowią istotne wyzwanie dla systemu opieki zdrowotnej, szczególnie wśród starzejących się społeczeństw, gdzie ilość pacjentów zgłaszających się z tym problemem wzrasta. W odpowiedzi na ten problem Tinnitus Research Initiative, fundacja non-profit wspierająca rozwój badań nad leczeniem szumów usznych, ustanowiła w dniach 5-11 lutego Międzynarodowy Tydzień Wiedzy o Szumach Usznych, w który zaangażowany jest Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu. W ramach wydarzenia organizowana jest akcja informacyjna, której celem jest zwrócenie uwagi na niską świadomość na temat tego zjawiska.

Szacuje się, że szumów usznych doświadcza aż 20 procent dorosłych Polaków, przy czym istotny problem stanowią dla około 5% pacjentów. Wg badań przeprowadzanych przez Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu szumy uszne istotne klinicznie, czyli trwające powyżej 5 minut występują także u 6% dzieci. Problem szumów usznych, jest więc nie tylko problemem ludzi starszych. Odpowiednie rozpoznanie i podjęcie leczenia może znacząco wpłynąć na jakość życia pacjentów.

Szumy uszne to dźwięki słyszane w jednym, obojgu uszach lub w głowie, a czasami w uszach i głowie jednocześnie, które często określane są przez pacjentów jako piski, dzwonienie, pukanie, dudnienie, gwizdy, szelesty. Niezależnie od brzmienia i charakteru odczuwanych dźwięków wszystkie nazywane są szumami usznymi. Lekarz lub psycholog, używając terminu szumy uszne, ma myśli konkretny dźwięk lub dźwięki odczuwane przez pacjenta.

Przyczyny szumów usznych mogą być rozmaite. Nie istnieje terapia, która jest uniwersalna i skuteczna w każdym przypadku. Dlatego nie ma w świecie takiego ośrodka, który w stu procentach radziłby sobie z leczeniem tej dolegliwości. Zespół Instytutu Fizjologii i Patologii Słuchu ma jednak w diagnostyce i leczeniu szumów usznych unikalne doświadczenie i duży dorobek. Instytut to pierwszy w Polsce ośrodek medyczny, w którym stworzono warunki do diagnostyki i terapii szumów usznych.

- W przypadku pojawienia się szumów usznych powinna zostać przeprowadzona diagnostyka audiologiczna. – mówi prof. Henryk Skarżyński otolaryngolog i specjalista z otorynolaryngologii, audiologii i foniatrii, dyrektor Instytutu Fizjologii i Patologii Słuchu - Szumy uszne nigdy nie powstają bowiem bez przyczyny - zawsze są sygnałem, że coś nie funkcjonuje tak, jak powinno. Dzięki właściwym badaniom możliwe jest wczesne wykrycie zagrażających zdrowiu czy życiu zmian organicznych, w tym nowotworowych, wymagających szybkiej interwencji chirurgicznej. W przyszłości diagnostyka i leczenie szumów usznych będą stanowić istotne wyzwanie dla systemu opieki zdrowotnej, szczególnie w krajach, których społeczeństwa się starzeją. Wiedza na temat szumów jest zatem bardzo ważna, podjęcie odpowiedniego leczenia znacząco wpłynie na jakość życia pacjentów cierpiących z tego powodu. To wpływa również na absencję chorobową, której podłożem mogą być szumy uszne. Doświadczenie szumów usznych może bowiem powodować wtórne objawy, takie jak zaburzenia depresyjne – dodaje prof. Skarżyński.

Nie dla wszystkich szumy uszne są tak samo uciążliwe i nie wszyscy oczekują pomocy. Dla 80 proc. osób doświadczających szumów usznych nie stanowią one problemu. Jednak dla 20 proc. pacjentów szumy są problemem i to na tyle dużym, by szukać specjalistycznej pomocy. Stopień dokuczliwości szumów

usznym może być w ich przypadku różny, od niewielkiego, przez umiarkowany do bardzo dużego u niewielkiej grupy osób. Właśnie ta najmniej liczna grupa pacjentów najbardziej potrzebuje pomocy specjalistów.

- Prawie każdy doświadcza okresowego tzw. dzwonienia w uszach. Szczególnie często zjawisko to występuje w ciszy. Istnieje nawet powiedzenie: „Cisza, że aż w uszach dzwoni”. Takie chwilowe, przemijające dźwięki zazwyczaj nie są dokuczliwe. Nie mają też znaczenia klinicznego i nie wymagają konsultacji lekarskiej. Diagnozować należy natomiast każdy rodzaj odczuwanych przez pacjenta szumów usznych trwających dłużej niż 5 minut i pojawiających się częściej niż raz w tygodniu. – mówi dr n. med. Danuta Raj-Koziak, Kierownik Zakładu Szumów Usznych w Instytucie Fizjologii i Patologii Słuchu.

Ze względu na postępujące w Polsce starzenie się społeczeństwa oraz wzrastającą liczbę pacjentów szumy uszne stanowią coraz bardziej istotny obszar działalności Instytutu. Nie tylko klinicznej, lecz także naukowej. W ramach projektów naukowo-badawczych specjaliści z Zakładu Szumów Usznych koncentrują się na sposobach, które pozwalają ocenić, jak wielkim problemem dla pacjenta są szumy uszne. W świecie wykorzystuje się w tym celu wiele kwestionariuszy. Specjaliści z Instytutu wybrali najlepsze i zaadaptowali je do j. polskiego.

- Ważnym celem Zakładu Szumów Usznych jest także wdrażanie nowych metod terapeutycznych, takich jak np. neurofeedback. – mówi dr Raj-Koziak - Ze względu na często obserwowane współwystępowanie szumów oraz schorzeń kręgosłupa szyjnego planowane jest również poszerzenie naszej oferty leczenia o zajęcia z fizjoterapeutą. Z kolei program psychoterapii pacjentów zamierzamy wzbogacić o ćwiczenia relaksacyjne.

Ocena dokuczliwości szumów usznych u dzieci, nadwrażliwość słuchowa jako dolegliwość towarzysząca szumom usznym, pulsujące szumy uszne to najważniejsze projekty badawcze, którymi zajmują się obecnie specjaliści z Zakładu Szumów Usznych. Zespół psychologów zatrudnionych w Zakładzie Szumów Usznych opracował autorski projekt rehabilitacji pacjentów z szumami usznymi. W Instytucie Fizjologii i Patologii Słuchu prowadzona jest tygodniowa wyjazdowa terapia, na której w procesie grupowym pacjenci uczą się radzić sobie z emocjonalnymi skutkami szumów usznych. Składa się ona z trzech bloków tematycznych: (1) terapii oddziaływań psychologicznych (2) terapii relaksacyjnej z wykorzystaniem muzykoterapii i pracy z ciałem (3) Ćwiczeń aktywizujących poprawiających koncentrację. Wyniki tych badań są bardzo obiecujące.

Szumy uszne mogą powstawać na każdym poziomie drogi słuchowej. Zależnie od miejsca ich generacji oraz przyczyny dobiera się sposób leczenia. Przegląd stosowanych metod znajduje się w monografii pod redakcją prof. Henryka Skarżyńskiego oraz dr n. med. Danuty Raj-Koziak, wydanej przez Instytut Narządów Zmysłów i Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu na kilka tygodni przed organizowanym w Warszawie w 2017 roku 1st World Tinnitus Congress.

