

TINNITUS



Tinnitus är oljud i form av ringningar, brus eller tjut i öronen. Ljudet finns alltid där och kan vara väldigt jobbigt att gå runt med, framförallt när det är helt tyst runt omkring och ljudet blir mer framträdande. Tinnitus kan uppkomma om man vistas i miljöer med höga ljudnivåer. Men eftersom tinnitus är ett symptom och inte en sjukdom så ligger det ofta andra orsaker bakom ljudet. Det kan vara en skada i innerörat eller på hörselnerven men det kan lika gärna bero på stress eller en viss medicin.



Än så länge kan tinnitus inte botas men den kan lindras. Det finns en mängd olika metoder för detta, exempelvis tryckkammare, akupunktur, ginko biloba (naturläkemedel), silica (kosttillskott), antidepressiva medel, maskering, ljudstimulering, bettskena, laser, massage, hörapparat, psykologisk behandling, TRT-metoden (Tinnitus Retraining Therapy) osv. Det viktigaste att tänka på dock är att vi alla är olika så de olika metoderna fungerar inte på alla.

En metod utvecklad i Lund kallas THA-metoden, som står för Töjning, Hållning och Akupunktur. Den går ut på att förbättra hållningen på patienten som lider av tinnitus genom att stretcha överrygg, axlar och käke. Sedan får patienten öronakupunktur. Detta sägs iallafall hjälpa vissa av de som lider av tinnitus.

Det finns pågående forskning på att försöka bota tinnitus genom att operera in en elektrod kring vagusnerven som finns i nacken. Denna elektrod stimulerar vagusnerven med svaga elektriska pulser flera hundra gånger per dygn. Samtidigt får patienten, en gång per dag, lyssna på toner i frekvensområdet nära den frekvens tinnitusen har. Efter ca tre veckor sägs det att tinnitusen ska vara borta.



Skydda din hörsel med hörselskydd eller öronproppar om du tycker det är väldigt hög ljudvolym!



Testa!
Ta på dig hörlurarna, lyssna och få en känsla över hur det känns att gå runt med tinnitus.

Borde egentligen vara en bild på hörlurarna som kommer användas!