

## Press kit

# Tinnitus a vertigo:

## Dají se léčit?

Tinnitus a vertigo, neboli ušní šelesty a závrať, jsou specifickou medicínskou problematikou na pomezí neurologie a ORL (ušní, krční, nosní). V některých případech si však problémy pacienta vyžadají i pomoc psychologa – psychické rozpoložení jedince často alespoň nepřímo nemoc ovlivňuje. Tato onemocnění se mohou vyskytovat současně (v tomto případě mají většinou často stejnou příčinu), stejně tak i zcela nezávisle na sobě.

## Šelest v uchu neboli tinnitus

Tinnitus je odborný název pro šumění, pískání, praskání či podobné zvuky v uchu nebo v hlavě bez zvukového zdroje ze zevního prostředí. Toto onemocnění zhoršuje kvalitu pacientova života, a proto není radno jej podceňovat. Postižení mohou trpět depresemi, poruchou spánku, bolestmi hlavy a podobně. Jedná se o onemocnění, kterým trpí dle některých literárních údajů 10 – 15 % populace, v České republice je zhruba 800 000 pacientů s diagnostikovaným tinnitem. *„Tímto onemocněním si prošel přechodně každý třetí člověk alespoň jednou v životě. Pokud však tinnitus přeroste do chronické choroby, je těžko farmakologicky léčitelný a pacientům se tak výrazně zhorší kvalita života,“* konstatuje MUDr. Zdeněk Čada, Ph.D. z kliniky Zámeček Malvazinky, kterou provozuje společnost VAMED Mediterra.

### Původ nemoci

Příčiny vzniku tinnitu nejsou zcela známy. V současné době se však řada odborníků přiklání k tomu, že vyšší výskyt nemoci je způsoben narůstajícím stresovým a hlučným prostředím, ve kterém žijeme. *„Je potřeba si uvědomit, že sluchové orgány zatěžujeme 24 hodin denně. Oproti tomu jiné orgány, například zrak, během spánku „nepracuje“,“* dodává MUDr. Zdeněk Čada, Ph.D.



Tinnitus se zřídka vyskytuje jako samostatná nemoc. Velice často bývá spojen s dalšími zdravotními problémy (například cévního či svalového původu) a šelest se projevuje jako jejich následek.

Mezi další předpokládané příčiny nemoci patří:

1. ušní a středoušní záněty,
2. nadměrné zatížení zvukem, třesk,
3. nádorová onemocnění,
4. poškození krční páteře a čelistního kloubu,
5. potíže s prokrvováním ucha,
6. ototoxické působení některých antibiotik,
7. otřes vnitřního ucha,
8. roztroušená skleróza,
9. srdeční onemocnění aj.

#### Pozor na hlasitou hudbu

Akutní Tinnitus někdy spojený se závratěmi často způsobuje návštěva hard-rockových koncertů. Právě tyto jsou příčinou onemocnění u tří z deseti pacientů.

### Následky onemocnění

V některých případech dokáží pacienti s chronickým tinnitem projevy své nemoci přestat vnímat, nebo je alespoň částečně utlumí. V horších případech vede chronický šelest k silnému psychickému tlaku, nespavosti, pocitům strachu a depresím, které mohou vést až k pracovní neschopnosti. Ve zcela ojedinělých případech se objevují i sebevražedné sklony nebo sklony k sebepoškozování.

### Jak se léčit?

I u tohoto onemocnění platí pravidlo „čím dříve, tím lépe“, především pak u akutního tinnitu. Šance na vyléčení pacienta jsou při brzkém zachycení nemoci poměrně vysoké a včasnou diagnózou se dá předejít přechodu z akutní fáze šelestu do chronické. Při léčbě tinnitu existují různé druhy terapie, základní rozlišujeme na:



1. **Infúzní terapie** – při akutním tinnitu se také předpokládá nedostatečné prokrvování vnitřního ucha. Standardem při akutním tinnitu se stala na většině pracovišť infúzní terapie – především pomocí kortikoidů s/nebo léky s vasodilatačními účinky (rozšiřující cévy). Zpravidla pacient obdrží jednou denně kombinaci dávky léků, které mají prokrvující a protizánětlivé účinky.
2. **Terapie HBO** – neboli hyperbarická terapie kyslíkem, je v některých případech účinná metoda především u akutního tinnitu a provádí se v několika sezeních v tzv. přetlakové komoře, kdy pacient pod dozorem lékaře inhaluje 100 % kyslík, který se tak lépe dostane až do tělových buněk a tím se zajistí i lepší prokrvení ucha.

3. **Fyzioterapeutická terapie/masáže** – vadné postavení krční páteře nebo její zranění, které jsou příčinou nepříjemných ušních zvuků, mohou být také jednou z příčin šelestu. Fyzioterapie je jednou z účinných terapií při těchto potížích.
4. **Terapie při chronickém tinnitu** – cílem terapie při chronickém tinnitu je, aby se pacient s neustávajícími potížemi vyrovnal a vyvaroval se faktorů, které symptomy tohoto onemocnění ještě zvyšují. Technik, které pacientovi mohou ulevit, je mnoho (relaxační, terapie zvukem, autogenní trénink, akupunktura, laser, transkraniální magnetoterapie...).

### Zabavte se

*„Pro pacienty s chronickým šelestem je pro zlepšení psychiky zcela zásadní, aby si našli činnost, která je zábaví a pomůže jim přestat na nepříjemné zvuky myslet,“ říká MUDr. Zdeněk Čada, Ph.D. z kliniky Zámeček Malvazinky.*

### Závrat' neboli vertigo

Pocit rotace, tahu, nevolnost, zvracení – to vše jsou symptomy, které se vyskytují u závratí. Projevy těchto nepříjemných symptomů měl alespoň jednou každý z nás. Pravou závratí neboli vertigem, se však nazývá pouze iluze pohybu vlastního těla nebo předmětů kolem nás. *„Někdy je od pacienta složité získat přesný popis obtíží. Rovnováha je totiž zajišťována více senzory a jedná se o komplexní děj,“* říká MUDr. Čada, Ph.D. V případě vertiga se nejedná přímo o nemoc ale o příznaky nemoci (symptomy závratí se vyskytují až u 100 nemocí jako jejich průvodní příznak).



### Jaké jsou příčiny?

Je celá řada příčin, které způsobují poruchu rovnováhy – respektive vertigo. Obecně porucha rovnováhy může být způsobena poruchou v samostatném vestibulárním systému (vnitřní

ucho, nerv odvádějící informace do mozku a dále centrální mozkové struktury vestibulárního systému). Při postižení vestibulárního systému mluvíme o klasickém vertigu, které se dělí ve velmi obecném kontextu na periferní a centrální. Další příčiny poruch rovnováhy jsou příčiny z poruchy zraku, propiocepce (schopnost tělo koordinovat v prostoru), eventuelně jejich kombinace. Také u interních chorob, například dekompenzace vysokého krevního tlaku, poruchy srdečního rytmu, se může vyskytovat porucha rovnováhy.

- **Periferní závrat'** – je způsobena poruchou na úrovni vnitřního ucha a nervu odvádějícího informace do mozku. Je způsobena celou řadou patologií jako je například zánět, Menierova choroba, cévní příčiny aj. Periferní závrat' postihuje jak mladé, tak i starší pacienty a ve většině případů se dá velice dobře diagnostikovat a léčit.
- **Centrální závrat'** – je způsobena organickým nebo funkčním postižením v oblasti mozku. Centrální vestibulární závratí rovněž trpí jak mladí pacienti, tak pacienti starší.

Příčinou centrálního postižení u mladších pacientů může specifická forma migrény, roztroušená skleróza, cévní malformace, nádory aj. U starších pacientů je třeba počítat především s cévní příčinou poruch rovnováhy.

### Následky vertiga

Závratě jsou velmi nepříjemným symptomem a mají různý charakter – od pouhé nejistoty, přes rotační vertigo, pocit plavání, až po tendenci k pádu. U některých pacientů, kteří prodělali silnou závrat', se může vyvinout

Závratě mohou také vyvolat faktory, jako jsou strach nebo fobie z výšek.

s odstupem času určitá fobie (strach) v různých situacích – například chůze po úzkém mostě, pobyt v otevřeném prostoru nebo obava z výšek atd.

### Odhalení příčiny jako základ úspěšné léčby

Základní vyšetřovací algoritmus se skládá z klinického otoneurologického vyšetření včetně odebrání podrobné anamnézy a přístrojového vyšetření. U některých typů závratí je prakticky jediným vodítkem k určení nejpravděpodobnější příčiny závratí především anamnéza pacienta. Udává se, že zhruba 60 – 70 % závratí se dá diagnostikovat a léčit již na ambulantní úrovni, doplňuje MUDr. Zdeněk Čada, Ph.D.

## **Dá se závrat' léčit?**

Léčba poruchy rovnováhy se dá rozdělit na terapii pomocí léků (tzv. farmakoterapii), dále na psychoterapii a neméně důležitou vestibulární rehabilitaci, eventuálně klasickou fyzioterapii. Farmakoterapie má velmi dobrý efekt především u akutních forem závratí, při kterých tlumíme především symptomatickou složku. U chronických forem závratí má roli především udržovací nebo preventivní. Psychoterapie je nedílnou součástí léčby především chronických poruch rovnováhy, které mají psychogenní etiologii. Psychogenní závratě patří mezi jednu z nejčastějších příčin poruch rovnováhy v populaci. Vestibulární rehabilitace patří mezi klíčovou nefarmakologickou terapii u pacientů především s chronickým charakterem závratí.

## **Prevence závratí**

Prevence závratí závisí především na etiologii (soustavné hledání a vykládání příčin) závratí. Obecně se doporučuje upravit životosprávu ve smyslu redukce alkoholu, kofeinu, černého čaje, soli atd. Rovněž je důležitý dostatečný a kvalitní spánek, pobyt na čerstvém vzduchu, vyhýbání se stresovým situacím a především u starších pacientů se doporučuje vyvarovat všem činnostem, při kterých hrozí pád.

## **As. MUDr. Zdeněk Čada, Ph.D.**

**As. MUDr. Zdeněk Čada, Ph.D.**, se narodil 5. května 1981 v Podbořanech. Absolvoval 7leté gymnázium v Žatci. V letech 1999-2005 vystudoval 1. lékařskou fakultu na Univerzitě Karlově v Praze. V roce 2009 dokončil PhD studium na 1. lékařské klinice. Od roku 2005 pracuje jako odborný asistent na Klinice ORL a chirurgie hlavy a krku FN Motol. V roce 2011 složil atestaci II. stupně. Ve svém postgraduálním studiu byl zaměřen na glykobiologii nádorů hlavy a krku. V klinické sekci se věnuje otoneurologii, kofochirurgii, thyreochoirurgii a onkologii. V současné době působí také na klinice Zámeček Malvazinky.

### **Kontakt pro další informace:**

*Lucie Prachmanová*

*AMI Communications*

*Tel.: 234 124 112*

*Mobil: 724 012 618*

*Email: [lucie.prachmanova@amic.cz](mailto:lucie.prachmanova@amic.cz)*