

Revue 50 plus, 21.3.2014

revue zdraví

TINNITUS A VERTIGO – dají se léčit?



MUDr. Zdeněk Čada, Ph.D., klinika Zámeček Malvazinky Praha

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. Jedná se o onemocnění, kterým trpí dle některých literárních údajů 10 až 15 % populace v České republice je zhruba 800 000 pacientů s diagnostikovaným tinnitusem. „*Tímto onemocněním si prosel přechodně každý řetěz člověk alespoň jednou v životě. Pokud však tinnitus přeroste do chronické choroby, je i těžko farmakologicky léčitelný a pacientům se tak výrazně zhorší kvalita života,*“ konstatauje MUDr. Zdeněk Čada, Ph.D. z pražské kliniky Zámeček Malvazinky, kterou provozuje společnost VAMED Mediterra.

Původ nemoci

Příčiny vzniku tinnitusu nejsou zcela známy. V současné době se však řada odborníků přiklání k tomu, že vyšší výskyt nemoci je způsoben narůstají-

cím stresovým a hlučným prostředím, ve kterém žijeme.

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 ušní a středoušní záněty, nadměrné zatížení zvukem, těsok, nádorová onemocnění, poškození krční páteře a čelistního kloubu, potíže s prokrvováním ucha, ototoxické působení některých antibiotik, otěs vnitřního ucha, roztroušená skleróza, srdeční onemocnění aj.

Jak se léčit?

I u tohoto onemocnění platí pravidlo „čím dříve, tím lépe“, především pak u akutního tinnitusu. 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 tinnitusu existují různé druhy terapie. Při **akutním tinnitusu** se standardem stala na většině pracovišť *infuzní terapie* – především pomocí kortikoidů nebo léky s vasodilačními účinky (rozšířující cévy), které mají prokrvující a protizánětlivé účinky. *Terapie HBO* – neboli hyperbarická terapie kyslikem se provádí 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. Jednou z přičin šelestu může být vadné postavení krční páteře nebo její zranění. Při těchto potížích je jednou z účinných terapií *fyzioterapie*.

Při **chronickém tinnitusu** je cílem terapie, 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...).

ZÁVRAŤ neboli VERTIGO

Pocit rotace, tahu, nevolnosti, zvražení – to vše jsou symptomy, které se vyskytují u závrati. Projevy těchto nepříjemných symptomů měl alespoň jednou každý z nás. Pravou závrati neboli vertigem se však nazývá pouze iluze pohybu vlastního těla nebo předmětu kolem nás. V případě vertiga se nejedná přímo o nemoc, ale o příznaky nemoci (symptomy závrati se vyskytují až u 100 nemocí jako jejich průvodní příznak).

Jaké jsou příčiny?

Obecně porucha rovnováhy může být způsobena poruchou v samostatném vestibulárním systému (vnitřní ucho, nerv odvádějící informace do mozků 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, propriocepce (schopnost těla koordinovat v prostoru), eventuálně 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 závrať 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 zá-

vratí rovněž trpí jak mladí pacienti, tak pacienti starší. Příčinou centrálního postižení u mladších pacientů může být specifická forma migrény, roztroušená skleróza, cévní malformace, nádory aj. U starších pacientů je třeba počítat především s cévní příčinou porucha rovnováhy.

Dá se závrat' léčit?

Základní vyšetřovací algoritmus se skládá z klinického otoneurologického vyšetření včetně odebrání podrobné anamnézy a přístrojového vyšetření. Udává se, že zhruba 60 – 70 % závratí se dá diagnostikovat a léčit již na ambulantní úrovni.

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. *Psychoterapie* je nedílnou součástí léčby především chronických poruch rovnováhy, které mají psychogenní etiologii. *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). 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. (red)