

Szumy uszne w życiu codziennym

Porady praktyczne dla pacjentów

pod redakcją
prof. dr. hab. n. med. Henryka Skarżyńskiego

Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu
Warszawa 2000



Szumy uszne w życiu codziennym

Porady praktyczne dla pacjentów

pod redakcją
prof. dr. hab. n. med. Henryka Skarżyńskiego

**Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu
Warszawa 2000**

Redakcja: prof. dr hab. n. med. Henryk Skarżyński
Współpraca redakcyjna
i edytorska: Joanna Zagrodzka
Redakcja techniczna: Anna-Maria Siwińska
Projekt okładki: Joanna Zagrodzka, Justyna Opalińska
Autorzy tekstów: lek. med. Grażyna Bartnik,
lek. med. Anna Fabijańska,
mgr inż. Artur Lorens,
lek. med. Anna Piotrowska,
lek. med. Danuta Raj-Koziak,
doc. dr hab. n. med. Marek Rogowski,
prof. dr hab. n. med. Henryk Skarżyński

Praca przygotowana w oparciu o badania naukowe prowadzone w ramach realizacji projektu badawczego 4 P05C 009 96/ 31 29 Komitetu Badań Naukowych oraz ze środków Zakładu Ubezpieczeń Społecznych

Nakład: 5 000 egz.

Wydawca: Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu
01-943 Warszawa, ul. Pstrowskiego 1
tel. (0-22) 835 66 70, tel. /fax: (0-22) 835 52 14
e-mail: wydawnictwa@ifps.org.pl

Projekt graficzny
i przygotowanie do druku: Anna-Maria Siwińska

Druk: Oficyna Wydawnicza *Rem Script*
01-402 Warszawa
ul. Ciołka 12
tel.: (0-22) 836 80 47

ISBN 83-910053-6-4

Słowo wstępne

Niniejsze opracowanie „O szumach usznych w życiu codziennym” powstało jako odpowiedź, nas terapeutów, na oczekiwania wielu naszych pacjentów i ich rodzin. Jest również efektem naszych wieloletnich doświadczeń zdobytych podczas codziennych kontaktów z osobami cierpiącymi z powodu szumów usznych – głównie pacjentami Klinik i Zakładów Instytutu Fizjologii i Patologii Słuchu w Warszawie. Ta monografia powstała także w wyniku dyskusji i wspólnych badań naukowych, poszukiwań optymalnego sposobu postępowania terapeutycznego prowadzonych z przedstawicielami najlepszych ośrodków amerykańskich i europejskich – światowych ekspertów z tej dziedziny. To opracowanie mogło wreszcie powstać dzięki możliwościom stworzonym w resortowym Instytucie Fizjologii i Patologii Słuchu, w którym utworzono pierwszą w Polsce Klinikę Szumów Usznych.

Zdobyte doświadczenie kliniczne w leczeniu ponad 1500 pacjentów, pozwoliły naszemu zespołowi przygotować tę, wydaje się bardzo potrzebną, monografię skierowaną tym razem, i chyba przede wszystkim, do około 2 milionów Polaków cierpiących i intensywnie poszukujących pomocy z powodu szumów usznych i nadwrażliwości na dźwięki. Zawarte w niej informacje powinny pozwolić pacjentom inaczej spojrzeć na swoje problemy, dodać optymizmu, lepiej zrozumieć swoje dolegliwości i ułatwić ich pokonanie. Nie proponujemy żadnego cudownego leku i nie obiecujemy szybkiego wyleczenia, gdyż współczesna medycyna nie dysponuje żadną taką metodą. Dla osób, które cierpią z powodu dokuczliwych szumów oraz nadwrażliwości na dźwięki przedstawiamy obecnie różne sposoby postępowania, w tym takie, które

przynoszą korzystne efekty terapeutyczne u ponad 80% leczonych. Tak wysoki odsetek odnosi się do **metody habituacji**. Za tym fachowym terminem ukryta jest przyjazna dla leczących i leczonych metoda terapii, w której bardzo wiele zależy od aktywnej postawy współpracujących z lekarzem pacjentów.

Zadaniem niniejszej monografii jest przekazanie w dostępnej formie aktualnego stanu wiedzy na temat powstawania, diagnostyki i leczenia szumów usznych. Powinna ona również uświadomić pacjentom, że mają oni prawo i powinni oczekiwać od nas skutecznej pomocy. Naszym zadaniem jest spełnienie tych oczekiwań. Między innymi do tego celu została powołana Klinika Szumów Usznych Instytutu Fizjologii i Patologii Słuchu, w której poza codziennymi pracami klinicznymi z pacjentami są prowadzone intensywne badania naukowe i wdrożeniowe, aby nasze sposoby leczenia były jeszcze bardziej skuteczne.

Trzeba bowiem pamiętać, że na szukających pomocy z powodu szumów usznych „czyha” spora oferta nieefektywnych i często drogich metod. Przed zdobywaniem frustrujących i przykrych doświadczeń chcielibyśmy uchronić naszych Czytelników.

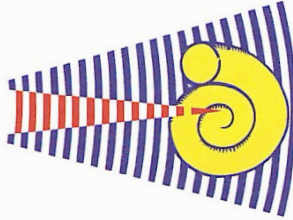
Jesteśmy przekonani, że lektura książki, którą macie Państwo przed sobą będzie pomocna w „pokonaniu” szumów usznych.

Należy też pamiętać, że osoba cierpiąca z powodu szumów usznych i nadwrażliwości na dźwięki często w swym zdesperowaniu szuka pomocy nie tylko u lekarzy. Trudno się temu dziwić, gdyż chodzi o pozbycie się bardzo przykrych dolegliwości. Pacjenci zwracają się do różnych „fachowców”, którzy zazwyczaj oferują – niekiedy „dobrze opakowane”, nieefektywne i drogie metody terapii. Prowadzi to do jeszcze większych frustracji, a czasami tragedii, przed którymi chcielibyśmy wielu pacjentów uchronić.

Mam nadzieję, że to pierwsze wydanie monografii dla pacjentów będzie pomocne w lepszym zrozumieniu przez nich problemu, lepszej współpracy pacjenta z lekarzem i przyczyni się do uzyskania lepszych efektów terapii. Zdajemy sobie sprawę, że odnosiemy się do poważnego problemu społecznego. Przygotowując się do kolejnych opracowań dla lekarzy i pacjentów będziemy wdzięczni naszym Czytelnikom za nadesłanie do Instytutu swoich uwag i propozycji, które w niedalekiej przyszłości zaowocują przygotowaniem do druku nowej pozycji.

Henryk Sienyński

Adres, telefony i inne ważne informacje

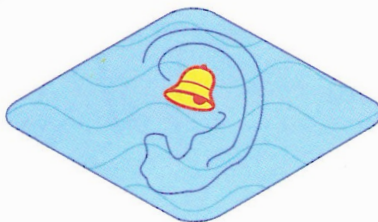


**Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu
Klinika Szumów Usznych**

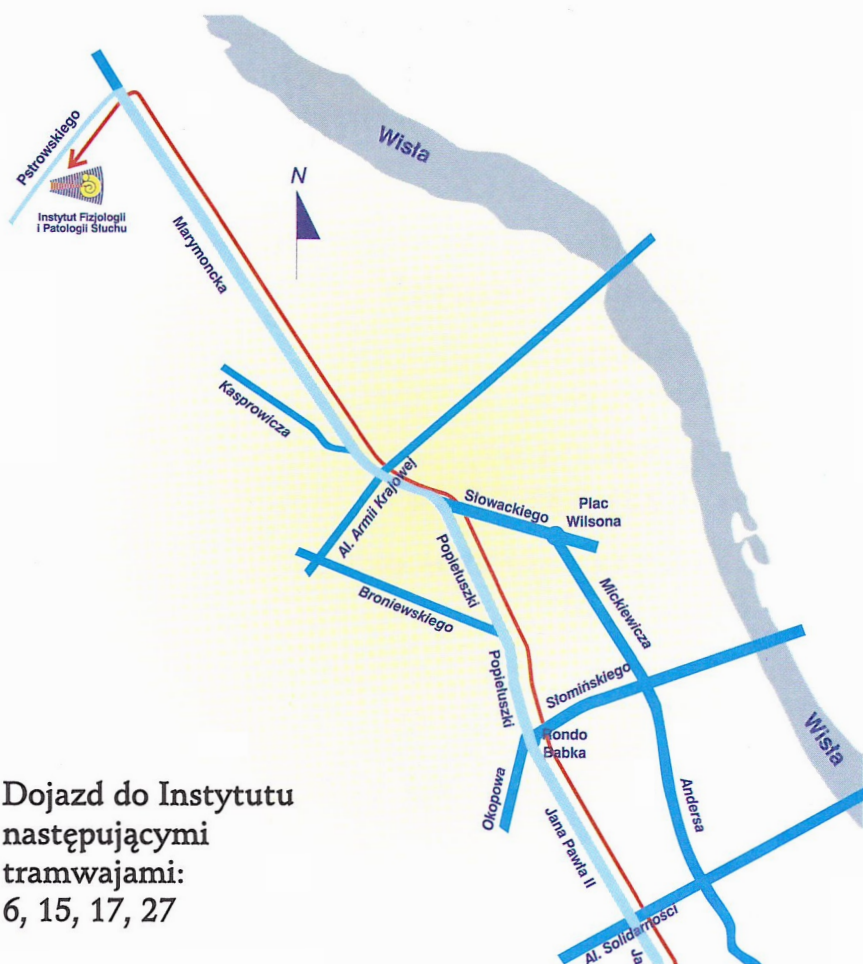
**ul. Pstrowskiego 1
01-943 Warszawa**

**tel.: (022) 864 08 87,
tel./fax: (022) 835 52 14**

**e-mail: sekretariat@ifps.org.pl
www.ifps.org.pl**



Jak dotrzeć do Kliniki Szumów Usznych Instytutu Fizjologii i Patologii Słuchu?



Dojazd do Instytutu następującymi tramwajami:
6, 15, 17, 27

Spis Treści:

Słowo wstępne	3
Słyszę, więc jestem	6
Narząd słuchu, jego budowa i działanie	8
Jak funkcjonuje mózg człowieka w procesie słyszenia?	13
Piski, dzwonki, pukanie, gwizdy, szelesty... czyli szумы uszne	16
Jak powstają szумы uszne i nadwrażliwość słuchowa?	19
Skąd się biorą szумы uszne?	20
Skąd się bierze dokuczliwość szumów usznych?	22
Czy szum uszny jest chorobą i czy może być groźny?	23
Czy szum uszny ma wpływ na stan słuchu?	24
Jak często występuje szum uszny u ludzi z prawidłowym słuchem?	25
Co to jest nadwrażliwość na dźwięki?	27
Szумы uszne a niedosłuch	30
Niedosłuch i jego rodzaje	31
Czy szумы uszne ustępują po uzyskaniu poprawy słuchu?	32

Zaburzenia snu a szumy uszne	34
Gdzie udać się z szumem usznym i nadwrażliwością słuchową?	37
Jak leczyć szumy uszne i nadwrażliwość słuchową?	41
Leczenie szumów usznych w zależności od ich przyczyny	43
Metoda habituacji w leczeniu szumów usznych	48
Demistyfikacja szumów usznych	50
Rola dźwięku w leczeniu szumów usznych	52
Generatory szumu szerokopasmowego	53
Aparaty poprawiające słuch	55
Szumy uszne w przebiegu nerwiaka nerwu przedstonkowo-ślimakowego	57
Co jeszcze jest ważne w leczeniu szumów usznych?	58
Jak leczyć szumy uszne?	61
Rodzaje metod terapeutycznych	61
Od paniki do nadziei	65
Jak dotrzeć do Kliniki Szumów Usznych Instytutu Fizjologii i Patologii Słuchu?	70



ISBN 83-910053-6-4