

ว้าง ว้าง.....เสียงอะไรในหู

รศ.นพ.ปารยะ อาศนะเสน

ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

เสียงดังในหู เป็นความผิดปกติทางหูที่นำผู้ป่วยมาพบแพทย์ เพราะกลัวว่าจะเป็นอันตรายกับผู้ป่วยหรือไม่ หรือเพราะรำคาญทำให้นอนหลับยาก ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะได้ยินเสียงดังนี้ เฉพาะตัวผู้ป่วยเอง ผู้อื่นไม่ได้ยินเสียงนี้ด้วย ผู้ป่วยมักบอกว่าเสียงดังในหูนั้นคล้ายเสียงจกจั่น หรือจิ้งหรีดร้องอยู่ภายใน อาจเป็นเสียงหึ่งๆ ว้างๆ ซ่าๆ ไม่เฉพาะข้างใดข้างหนึ่งแต่เกิดทั้ง ๒ ข้างได้ มักได้ยินชัดเจนในเวลากลางคืน ในที่เงียบๆ ผู้ป่วยอาจมีเสียงดังในหูอย่างเดียวหรือมีอาการอื่นร่วมด้วยๆ เช่น หูอื้อ ปวดหู เวียนศีรษะ บ้านหมุน

เสียงดังในหู แบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ

๑. เสียงดังในหูชนิดที่ได้ยินเฉพาะตัวผู้ป่วย หรือเสียงที่มีการรับรู้ผิดปกติ โดยที่ไม่มีเสียงเกิดขึ้นจริง (subjective tinnitus) เป็นเสียงดังในหูประเภทที่พบบ่อยที่สุด สาเหตุเกิดจากความผิดปกติของ

- หูชั้นนอก เช่น ขี้หูอุดตัน, เยื่อแก้วหูทะลุ, หูชั้นนอกอักเสบ, เนื้องอกของหูชั้นนอก
- หูชั้นกลาง เช่น หูชั้นกลางอักเสบ, น้ำขังอยู่ในหูชั้นกลาง เนื่องจากท่อยูสเทเชียน (ท่อที่เชื่อมต่อระหว่างหูชั้นกลางและโพรงหลังจมูก) ทำงานผิดปกติ, โรคหินปูนในหูชั้นกลาง
- หูชั้นใน สาเหตุที่พบบ่อยที่สุด คือประสาทหูเสื่อมจากอายุ นอกจากนั้นการเสื่อมของเส้นประสาทหู อาจเกิดจากการได้รับเสียงที่ดังมากในระยะเวลายาวนาน ๆ ทำให้เส้นประสาทหูเสื่อมเฉียบพลัน (acoustic trauma) เช่น ได้ยินเสียงปืน เสียงระเบิด เสียงประทัด, การได้รับเสียงที่ดังปานกลางในระยะเวลานาน ๆ ทำให้ประสาทหูเสื่อมแบบค่อยเป็นค่อยไป (noise-induced hearing loss) เช่น อยู่ในโรงงาน หรืออยู่ในคอนเสิร์ตที่มีเสียงดังมาก ๆ, การใช้ยาที่มีพิษต่อประสาทหู (ototoxic drug) เป็นระยะเวลานาน เช่น salicylate, aminoglycoside, quinine, aspirin, การบาดเจ็บของกะโหลกศีรษะแล้วมีผลกระทบกระเทือนต่อหูชั้นใน (labyrinthine concussion), การติดเชื้อของหูชั้นใน (labyrinthitis) เช่น ซิฟิลิส ไวรัสเอดส์, การผ่าตัดหูแล้วมีการกระทบกระเทือนต่อหูชั้นใน, มีรูรั่วติดต่อกันระหว่างหูชั้นกลางและหูชั้นใน, โรคมะเร็งหรือน้ำในหูไม่เท่ากัน
- สมอง โรคของเส้นเลือด เช่น เส้นเลือดในสมองตีบ, เลือดออกในสมอง, ไขมันในเลือดสูง, ความดันโลหิตสูง, เนื้องอกในสมอง เช่น เนื้องอกของเส้นประสาทหู และ/หรือประสาทการทรงตัว (acoustic neuroma)
- สาเหตุอื่น ๆ เช่น โรคโลหิตจาง, โรคแพ้ภูมิตัวเอง, โรคกระดูกอ่อน, โรคเกล็ดเลือดสูงผิดปกติ, โรคที่มีระดับยูริกในเลือดสูง, โรคไต, โรคเบาหวาน, โรคความดันโลหิตต่ำ, โรคไขมันในเลือดสูง, โรคความดันโลหิตสูง โรคต่าง ๆ เหล่านี้สามารถทำให้เกิดเสียงดังในหูได้

๒. เสียงดังในหูชนิดที่บุคคลภายนอกสามารถได้ยิน หรือเสียงที่มีแหล่งกำเนิดเสียงจริงอยู่ภายในร่างกายของผู้ที่ได้ยิน (objective tinnitus) เสียงดังในหูชนิดนี้ ได้แก่

- ความผิดปกติของหลอดเลือด เช่น หลอดเลือดแดงมีการเชื่อมต่อที่ผิดปกติกับหลอดเลือดดำ (arteriovenous malformation)

- เส้นเลือดวางอยู่ในตำแหน่งผิดปกติ เส้นเลือดแดงโป่งพอง (aneurysm)
- บริเวณศีรษะและคอที่อยู่ใกล้ชิดกับหูชั้นนอก หูชั้นกลาง หูชั้นใน แม้แต่ในสมองเอง
- เสียงที่เกิดขึ้นอาจเกิดพร้อมจังหวะการเต้นของหัวใจ หรือดังขึ้นตอนออกกำลังกาย อาจได้ยิน

เมื่ออยู่ใกล้ผู้ป่วย หรือใช้เครื่องมือช่วยฟัง

- เสียงดังในหูที่เกิดจากการหายใจเข้าหรือออก อาจเกิดจากความผิดปกติของท่ออูสเตเชียน ซึ่งเป็นท่อที่เชื่อมระหว่างหูชั้นกลาง และโพรงหลังจมูก

การวินิจฉัย

อาศัยการซักประวัติ สาเหตุต่าง ๆ ที่เป็นไปได้ที่ทำให้เกิดเสียงดังในหู, การตรวจหูบริเวณรอบหู, การวัดความดัน ทานอน ทาน้ำ และทำยีน, การตรวจเลือด เพื่อหาความผิดปกติของเคมีในเลือด, การตรวจปัสสาวะ, การตรวจการได้ยิน, การตรวจคลื่นสมองระดับก้านสมอง และการถ่ายภาพรังสี เช่น เอ็กซเรย์คอมพิวเตอร์สมองหรือกระดูกหลังหู ตรวจคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า ฉีดสารรังสีเข้าหลอดเลือด

การรักษา

การรักษาเสียงดังในหูนั้น รักษาตามสาเหตุ ซึ่งแบ่งเป็นการรักษาด้วยยาและการผ่าตัด อย่างไรก็ตาม เสียงดังในหูที่เกิดจากพยาธิสภาพของหูชั้นใน, เส้นประสาทหู, และระบบประสาทส่วนกลาง โดยเฉพาะประสาทหูเสื่อม มักจะรักษาไม่หายขาด ยกเว้นสาเหตุดังกล่าวเป็นสาเหตุที่รักษาได้ นอกจากนั้นถ้าเกิดจากประสาทหูเสื่อม ควรหาสาเหตุ หรือปัจจัยที่จะทำให้หูเสื่อมเร็วกว่าผิดปกติ เพื่อหาทางชะลอความเสื่อมนั้นด้วย ส่วนเสียงดังในหู บางรายไม่ทราบสาเหตุ หรือทราบสาเหตุ แต่เป็นสาเหตุที่รักษาไม่ได้ อาจหายเองก็ได้ หรือจะมีอยู่ตลอดชีวิตก็ได้

๑. ควรอธิบายให้ผู้ป่วยยอมรับและเข้าใจว่าสาเหตุของเสียงดังในหูเกิดจากอะไร เป็นอันตรายหรือไม่ และจะหายหรือไม่

๒. ถ้าเสียงดังในหู ไม่รบกวนมากต่อชีวิตประจำวัน และไม่รบกวนการนอนหลับ ไม่จำเป็นต้องรักษา เพียงแต่ทำใจยอมรับ

๓. ถ้าเสียงดังในหูรบกวนชีวิตประจำวันและรบกวนการนอนหลับ อาจใช้เสียงอื่นกลบเสียงดังในหู เช่น เปิดเพลงเบา ๆ ก่อนนอน จะช่วยให้ผู้ป่วยรู้สึกดีขึ้นบ้าง และอาจให้ยาเพื่อช่วยลดความรำคาญ เช่น ยาขยายหลอดเลือด เพื่อเพิ่มเลือดไปเลี้ยงหูชั้นในมากขึ้น, ยาลดความดันโลหิตหรือยานอนหลับ และยาบำรุงประสาทหู, ยาลดความไวของประสาทหู ทำให้เสียงดังในหูลดน้อยลง

๔. ถ้าเสียงดังในหูเกิดจากประสาทหูเสื่อม ควรป้องกันไม่ให้ประสาทหูเสื่อมมากขึ้น โดย

- หลีกเลี่ยงเสียงดัง

- ถ้าเป็นโรคเบาหวาน, ความดันโลหิตสูง, ไขมันในเลือดสูง, โรคไต, โรคกรดหูรูดในเลือดสูง, โรคซีด, โรคเลือด ต้องควบคุมโรคให้ดี

- หลีกเลี่ยงการใช้ยาที่มีพิษต่อประสาทหู เช่น aspirin, amino glycoside, quinine
- หลีกเลี่ยงอุบัติเหตุ หรือการกระทบกระเทือนบริเวณหู
- หลีกเลี่ยงการติดเชื้อของหู หรือการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจส่วนบน
- ลดอาหารเค็ม หรือเครื่องดื่มบางประเภทที่มีสารกระตุ้นประสาท เช่น กาแฟ, ชา,

น้ำอัดลม, บุหรี่

- พยายามออกกำลังกายสม่ำเสมอ ลดความเครียด วิตกกังวล เพราะยิ่งกังวลกับเสียงดังในหูมาก เสียงจะยิ่งดังมาก

- นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ

ดังนั้น เสียงดังในหูอาจมีสาเหตุจากประสาทหูเสื่อม ซึ่งไม่มีอันตรายร้ายแรงใดๆ หายได้เอง หรืออยู่กับผู้ป่วยตลอดชีวิตก็ได้ และอาจมีสาเหตุโรคที่อันตราย เช่น เนื้องอกของสมอง เส้นประสาท เส้นเลือดแดงโป่งพองก็ได้ ดังนั้นอย่านิ่งนอนใจดีกว่าครับ เมื่อพบเสียงดังในหู ควรปรึกษาแพทย์ หู คอ จมูก เพื่อหาสาเหตุแต่เนิ่นๆ