

ПЛАН НА СЕГОДНЯ

- Что такое шум в ушах, как часто встречается, почему является проблемой.
- Основные причины шума
- Шум в ушах: частые заблуждения
- Современная тактика обследования и лечения



AMO.MEDICINE



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ПОЧЕМУ ЯВЛЯЕТСЯ ПРОБЛЕМОЙ?

- Частота в популяции от 5 до 15%, у 1% - значительно снижает качество жизни*
- По данным исследований в США: распространенность постоянного тиннитуса 25,3%, частого (не реже одного раза в день) тиннитуса – 7,9%. Лишь 10-15% людей, страдающих шумом в ушах, обращаются за медицинской помощью.
- Достигает максимального значения (31,4%) в возрастной группе 60-69 лет
- От 70 до 90,4% пациентов с сенсоневральной тугоухостью отмечают шум в ушах
- Распространенность шума выше среди: мужчин, лиц с индексом массы тела более 30 кг/м², артериальной гипертензией, сахарным диабетом, дислипидемией, тревожными расстройствами**

*Tunkel D., Bauer C., Sun G., Clinical Practice Guideline: Tinnitus. Otolaryngology– Head and Neck Surgery 2014.

**Kreuzer PM, Vielsmeier V, Langguth B: Chronic tinnitus: an interdisciplinary challenge. Dtsch Arztebl Int 2013.



AMO_MEDICINE



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

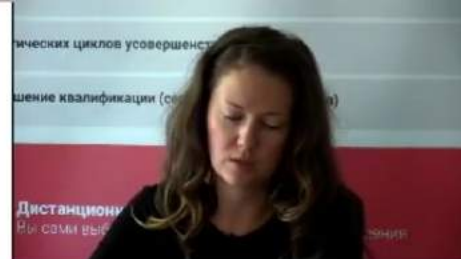
Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ПОЧЕМУ ЯВЛЯЕТСЯ ПРОБЛЕМОЙ?

- Сложность вопроса и отсутствие у фундаментальной науки исчерпывающих ответов
- Неосведомленность медиков. При осведомленности – нехватка времени на санпросветработу
- Неосведомленность пациентов
- Разнообразный недостоверный контент в Сети
- Недоверие
- Ошибочные суждения о диагнозах, обследовании, лечении
- Поддержание заблуждений



AMO_MEDICINE



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

An iceberg floating in the ocean. The small tip above the water is labeled 'Симптомы' (Symptoms), and the much larger, submerged part is labeled 'Причины' (Causes).

Симптомы

Причины

- Воспалительные и невоспалительные заболевания наружного, среднего и внутреннего уха
- Заболевания центральной нервной системы
- Психические расстройства
- Метаболические и гематологические причины
- Действие лекарственных средств и интоксикации
- Мышечно-суставные причины
- Заболевания сердца и сосудов

ических циклов усовер

шение квалификаци (икл)

Дистанцион

Вы сами вы

монитор



AMO_MEDICINE

Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ШУМ В УШАХ



Первичный/вторичный

Недавний/стойкий

Субъективный/объективный

Неназойливый/назойливый



Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

+7 (495) 481-48-15, доб. 1644

n.grigoriev@medobr.com

ПАТОФИЗИОЛОГИЯ

- **усиленная импульсация нейронов слухового пути в центральной нервной системе** как компенсаторная реакция на снижение слуха*
- **нарушение контроля переключения внимания** - один из предполагаемых механизмов, поддерживающий осознание шума в ушах**

*Lanting CP, Kreuzer PM

**Cognitive Mechanisms in Chronic Tinnitus: Psychological Markers of a Failure to Switch Attention Trevis K.J. et al., Front. Psychol., 2016

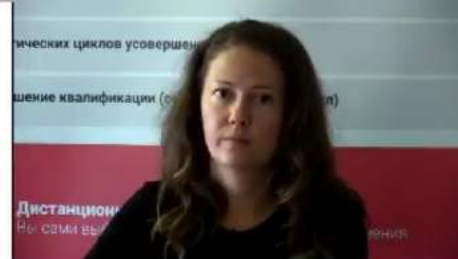


Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medabr.com



AMO_MEDICINE

Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс со скидкой:

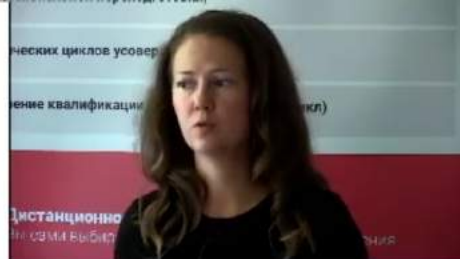
Григорьев Никита

+7 (495) 481-48-15, доб. 1644

n.grigoriev@medobr.com

ЧАСТЫЕ ЗАБЛУЖДЕНИЯ ДОКТОРА

- Если при ЛОР-осмотре нет воспаления, надо к неврологу
- Шум = опухоль мозга, срочно МРТ
- Шум+головокружение=болезнь Меньера
- При шуме ничем не поможешь, надо смириться
- Шум лечится «сосудистыми», надо 2 раза в год «капаться»
- Самая частая причина тиннитуса: остеохондроз и ишемия мозга



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

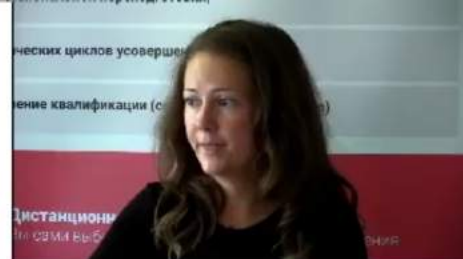
Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ДИАГНОЗЫ, КОТОРЫЕ НЕ ОБЪЯСНЯЮТ ШУМ

- Остеохондроз шейного отдела позвоночника
- Вертебрально-базилярная недостаточность
- Вегетативно-сосудистая дистония
- Дисциркуляторная /гипертоническая энцефалопатия
- Посттравматическая энцефалопатия
- Синдром позвоночной артерии
- Атеросклероз



AMO_MEDICINE



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

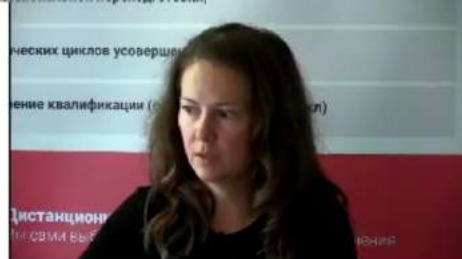
Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ЧАСТЫЕ ЗАБЛУЖДЕНИЯ ПАЦИЕНТА

- Точно такие же, как у докторов +:
- Есть чудодейственные средства, просто врачи не квалифицированные или не хотят лечить
- Шум – опасный для жизни симптом
- Если есть шум, то разовьется глухота
- Шум = повышенный риск инсульта и слабоумия
- Вклад пациента в улучшение/выздоровление состоит только в одном: найти врача, который **ВЫЛЕЧИТ**



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

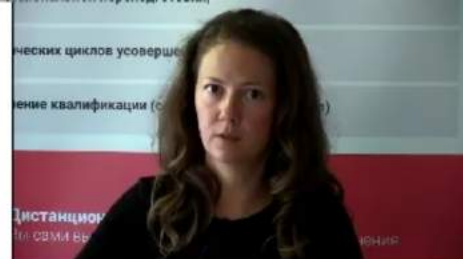
Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ШУМ В УШАХ. КЛИНИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ МЗ РФ, 2016

- Стандартный ЛОР-осмотр
- Аускультация - лобно-височной, лобно-теменной, позадиушной области, вокруг глазницы
- Клинический анализ крови – всем пациентам
- Биохимический анализ крови, коагулограмма, гормональный статус, дуплексное сканирование БЦА – по показаниям при наличии у пациента сопутствующей патологии.
- Тональная пороговая аудиометрия – **всем пациентам**



Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ОЦЕНКА ВЫРАЖЕННОСТИ ШУМА

- По И. Б. Солдатову:
- I степень — переносится спокойно, не отражается на общем состоянии;
- II степень — раздражает в тишине, ночью, нарушает сон;
- III степень — беспокоит постоянно, нарушает сон и настроение;
- IV степень — невыносимый шум, лишаящий сна и снижающий трудоспособность.



AMO_MEDICINE



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

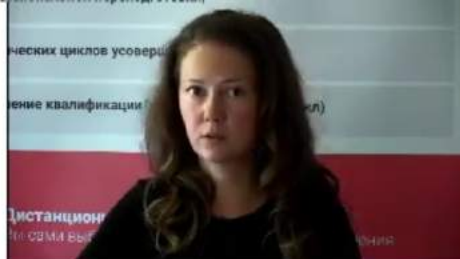
ОЦЕНКА ВЫРАЖЕННОСТИ ШУМА

- Анкетирование

(Tinnitus Handicap Inventory (THI) (Newman, 1996) - позволяют рассчитать общий показатель, отражающий степень дистресса, вызванного тиннитусом.

- Визуальная аналоговая шкала

(ответ на вопрос «Насколько громким кажется Вам шум в ушах?») 



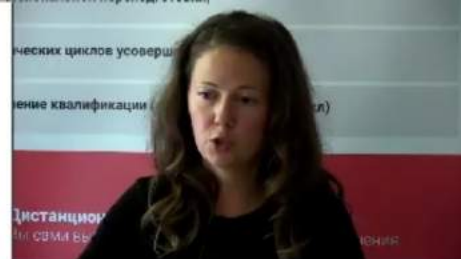
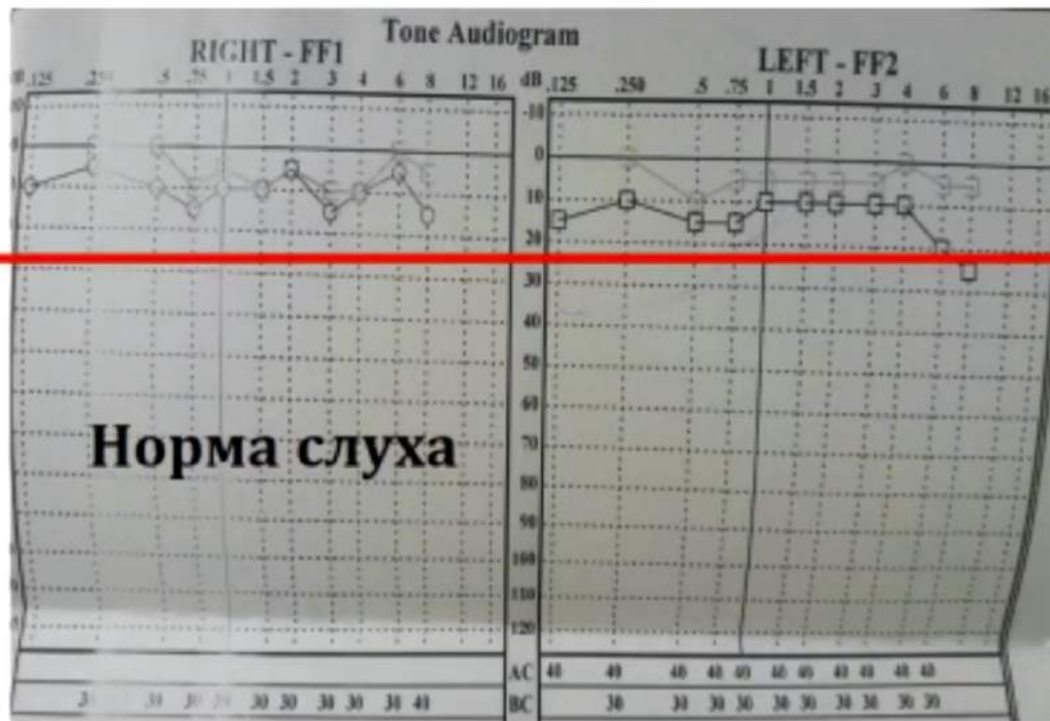
Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ТОНАЛЬНАЯ ПОРОГОВАЯ АУДИОМЕТРИЯ



Instagram logo

AMO_MEDICINE

Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс со скидкой:

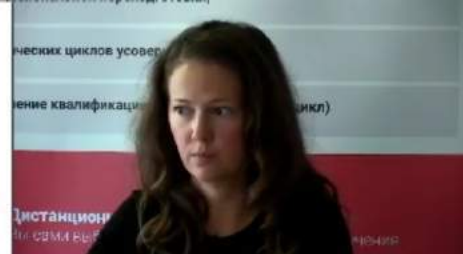
Григорьев Никита

+7 (495) 481-48-15, доб. 1644

n.grigoriev@medobr.com

ШУМ В УШАХ. КЛИНИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ МЗ РФ, 2016

- Депрессивное расстройство может быть реакцией на стойкий шум, не поддающийся лечению.
- Шум может быть проявлением соматизированного депрессивного расстройства.
- Депрессия и шум могут быть коморбидными заболеваниями или возникнуть параллельно как патологическая реакция на сильный стресс (острый или хронический).
- **В критерии оценки качества медицинской помощи при шуме в ушах включено наличие проведенной консультации психиатра/психотерапевта**



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

+7 (495) 481-48-15, доб. 1644

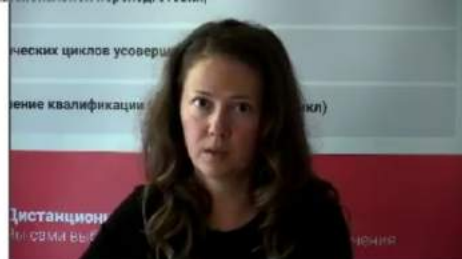
n.grigoriev@medobr.com

ОЦЕНКА ТРЕВОЖНО-ДЕПРЕССИВНЫХ НАРУШЕНИЙ

- ▶ Госпитальная шкала тревоги и депрессии - разработана Zigmond A.S. и Snaith R.P. в 1983 г. для выявления и оценки тяжести депрессии и тревоги в условиях общемедицинской практики.

РЕЗУЛЬТАТЫ:

- ▶ 0-7 — отсутствие достоверно выраженных симптомов тревоги и депрессии
- ▶ 8-10 — субклинически выраженная тревога/депрессия
- ▶ 11 и выше — клинически выраженная тревога/депрессия



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс со скидкой:

Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

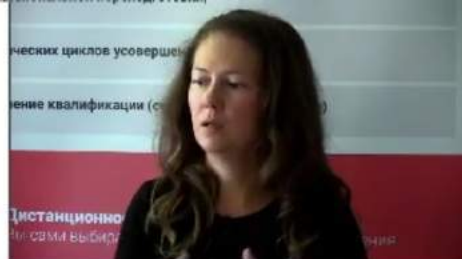
1. односторонний
тиннитус
2. пульсирующий
3. тиннитус
тиннитус+очаговая
неврологическая
симптоматика
4. асимметричная
тугоухость

Тиннитус И

Магнитно- резонансная томография

(мосто-мозжечковые углы/внутренние
слуховые проходы)

Tunkel D., Clinical Practice Guideline: Tinnitus.
Otolaryngology– Head and Neck Surgery 2014.



AMO_MEDICINE



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

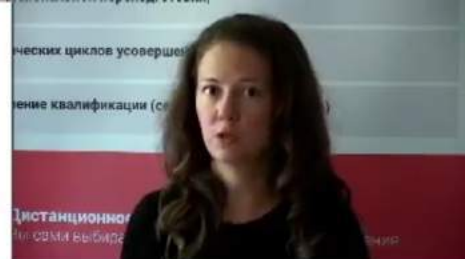
+7 (495) 481-48-15, доб. 1644

n.grigoriev@medobr.com

Внимание!

ИНФОРМАЦИЯ ОТ АВТОРА:

- При необходимости выполнения МРТ сообщение пациенту в лоб: «у Вас опухоль» может лишить человека сна и качества жизни на период до проведения исследования.
- А если опухоли не будет, то пережитый стресс может стимулировать поддержание и усиление тиннитуса



AMO_MEDICINE



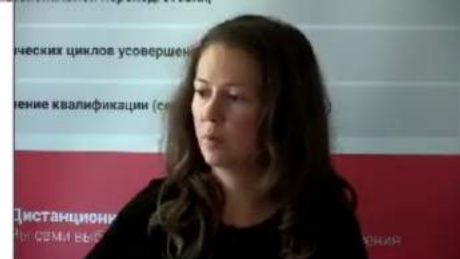
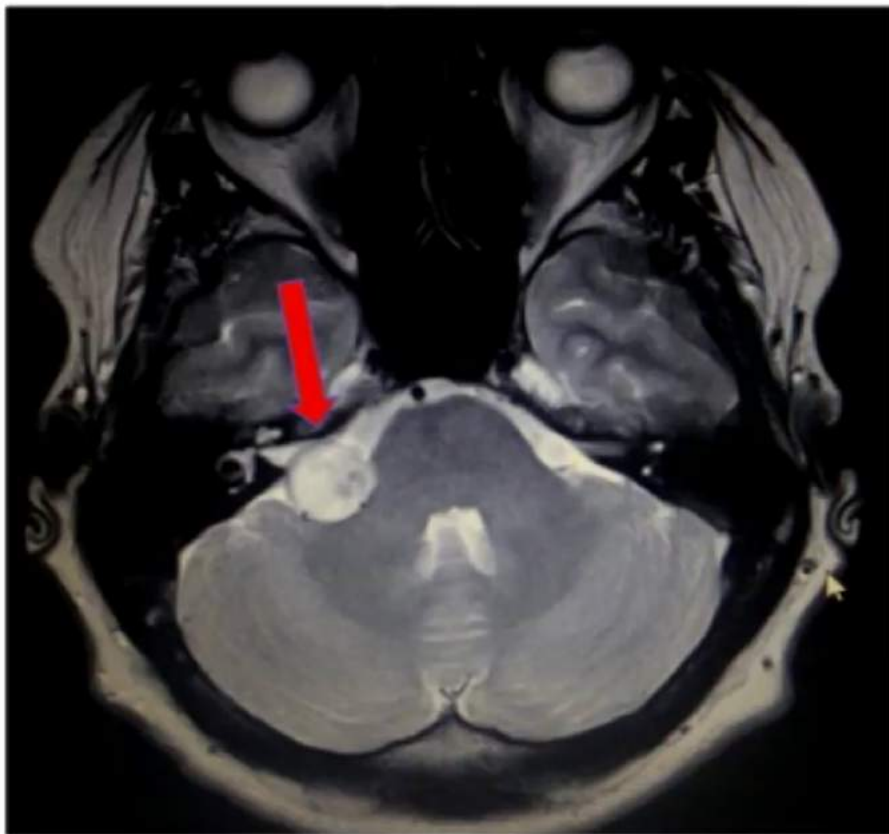
Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com



СЕРТИФИКАТ



AMO.MEDICINE

Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

+7 (495) 481-48-15, доб. 1644

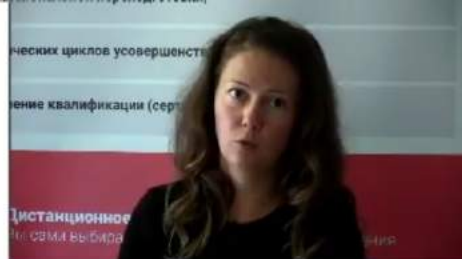
n.grigoriev@medobr.com



- 34 года, вышла на работу из декрета около года назад
- Кружится голова и шумит в ушах
- Сдавливает голову
- Качает при ходьбе, как будто сейчас упадет

- МРТ головного мозга, шейного отдела позвоночника, МРА
- ДС БЦА, ХМ ЭКГ+СМАД, ОАК, ОАМ, б/х крови, ТТГ, Т3 св, Т4 св, железо, ферритин
- Неврологический статус

ВСЕ В НОРМЕ!



Подписывайтесь на наш инстаграм

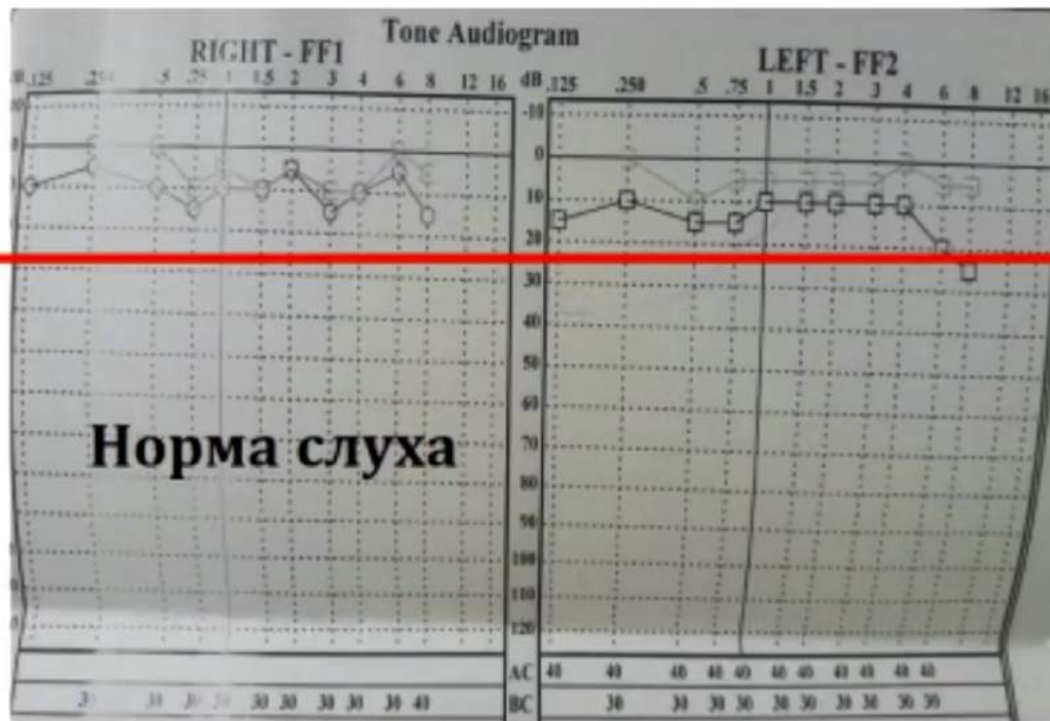
Контакты для записи на курс со скидкой:

Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ТОНАЛЬНАЯ ПОРОГОВАЯ АУДИОМЕТРИЯ



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

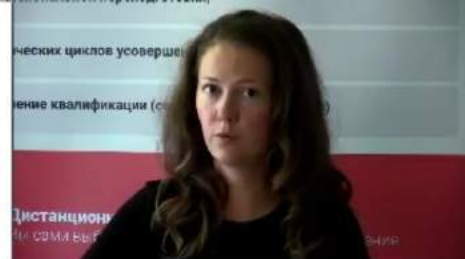
+7 (495) 481-48-15, доб. 1644

n.grigoriev@medobr.com



- Шум по ВАШ на 7-8 баллов
- Нарушен сон

- Эпизоды головокружения по типу неустойчивости, ухода земли из-под ног, сильные - около 20 мин, слабые – несколько часов/дней
- Нет системы, но после расспроса уточняет: усиление шума и головокружения после ссоры с мужем, болезни ребенка, отчет на работе
- Усиление шума и головокружения часто сопровождаются: сердцебиением, приливами жара, потливостью, нехваткой воздуха, слабостью, тошнотой, раздражительностью, тревогой
- Госпитальная шкала тревоги и депрессии: тревога 17 баллов, депрессия 8 баллов



AMO_MEDICINE



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

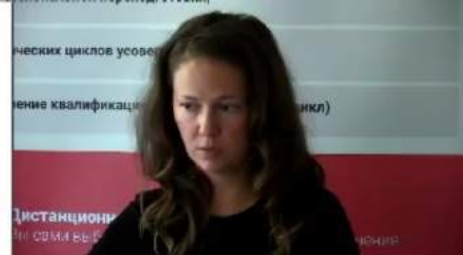
Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ГЕНЕРАЛИЗОВАННОЕ ТРЕВОЖНОЕ РАССТРОЙСТВО

- Напряжение, беспокойство и опасения носят генерализованный и стойкий характер 6 мес и более, не ограничиваются какими-либо определенными средовыми обстоятельствами и не возникает с явной предпочтительностью этих обстоятельств
- Как минимум 4 симптома:
 - двигательное напряжение (суетливость, головная боль напряжения, дрожь, невозможность расслабиться);
 - вегетативная гиперактивность (потливость, тахикардия или тахипное, эпигастральный дискомфорт, головокружение, сухость во рту и др.);
 - когнитивные нарушения (внимание, память);
 - настороженность
 - раздражительность



Контакты для записи на курс
со скидкой:

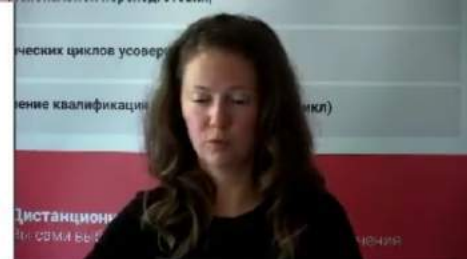
Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ПСИХОГЕННОЕ ГОЛОВОКРУЖЕНИЕ ПРИ ПА И ГТР

- Антидепрессанты
- Транквилизаторы
- Нейролептики
- Психотерапия



AMO_MEDICINE



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

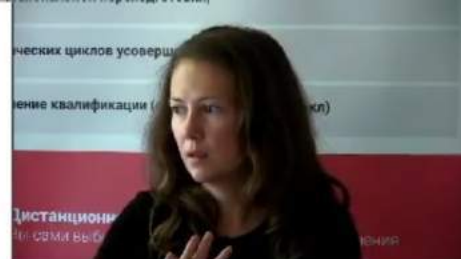
☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com



- В течение 3 лет было около 4 эпизода головокружения, один раз – стационарное лечение с диагнозом «синдром позвоночной артерии»
- Неврологический статус – норма
- МРТ головного мозга, шейного отдела позвоночника, ДС БЦА, клинический и биохимический анализ крови - норма

- 38 лет, руководитель, здоровый образ жизни
- Шум в левом ухе, постоянно – слабый, иногда – усиливается
- Осмотрен ЛОР-врачом: воспаления нет, направлен к неврологу



Подписывайтесь на наш инстаграм

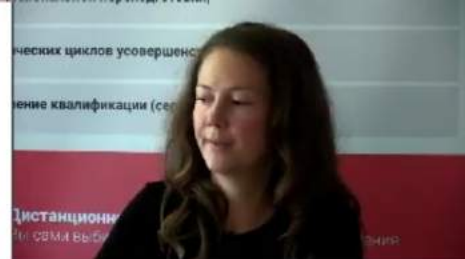
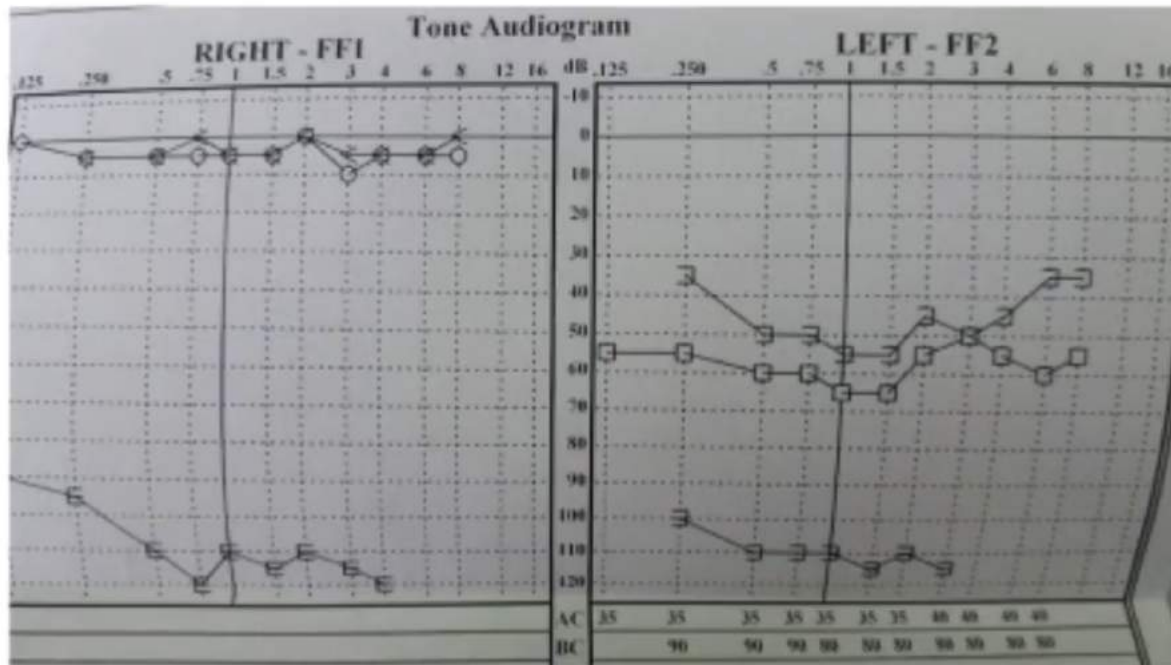
Контакты для записи на курс со скидкой:

Григорьев Никита

+7 (495) 481-48-15, доб. 1644

n.grigoriev@medobr.com

ТОНАЛЬНАЯ ПОРОГОВАЯ АУДИОМЕТРИЯ




AMO_MEDICINE

Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

Григорьев Никита

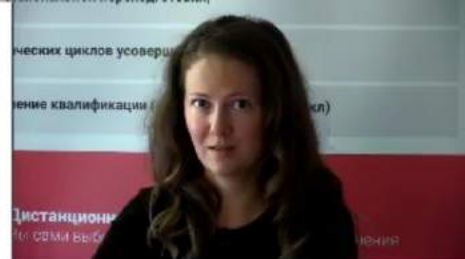
☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com



- Рецидивирующее системное головокружение + слуховые симптомы от 20 минут до нескольких часов
- Дебют 25-60 лет, мужчины и женщины одинаково часто
- 20 на 100 тыс населения, 2 человека из 1000
- Около 6% всех случаев вращательного головокружения

БОЛЕЗНЬ МЕНЬЕРА



Контакты для записи на курс
со скидкой:

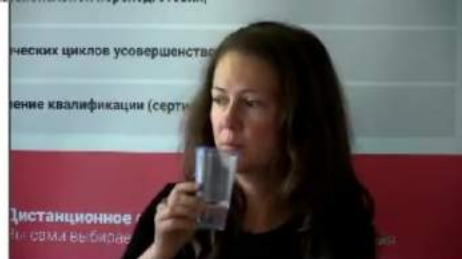
Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

БОЛЕЗНЬ МЕНЬЕРА

- Причина - идиопатический эндолимфатический гидропс



AMO_MEDICINE



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс со скидкой:

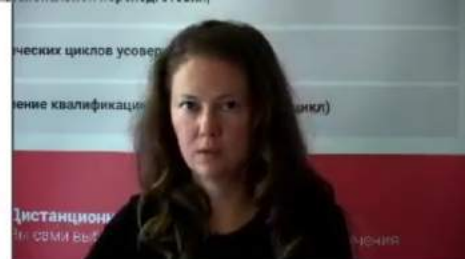
Григорьев Никита

+7 (495) 481-48-15, доб. 1644

n.grigoriev@medobr.com

БОЛЕЗНЬ МЕНЬЕРА. ЛЕЧЕНИЕ

- Диета
- Купирование приступов
- Бетагистин в максимальной дозировке
- Диуретики (напр., ацетазоламид), петлевые - НЕЛЬЗЯ
- Хирургическое лечение при неэффективности консервативного более 6 мес



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

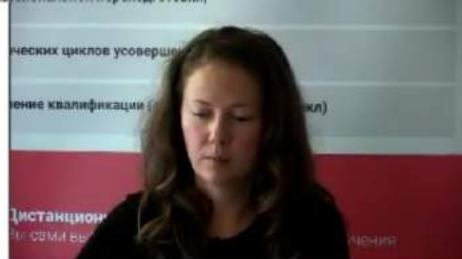
Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ОБЗОР ЛЕЧЕНИЯ

- 1. ни один лекарственный препарат не одобрен для лечения именно шума в ушах; пищевые добавки (цинк, мелатонин) – не рекомендованы
- 2. при наличии сопутствующих тревожных, депрессивных расстройств назначение антидепрессантов облегчает самочувствие и улучшает качество жизни
- 3. Слуховой аппарат – при наличии снижения слуха по показаниям



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс
со скидкой:

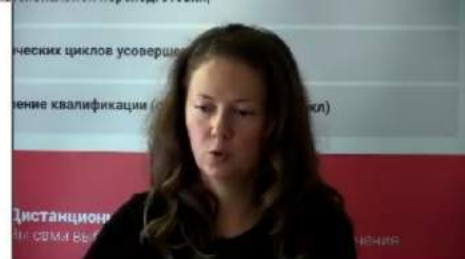
Григорьев Никита

☎ +7 (495) 481-48-15, доб. 1644

✉ n.grigoriev@medobr.com

ОБЗОР ЛЕЧЕНИЯ

- 4. Tinnitus Retraining Therapy (TRT, терапия переобучения тиннитуса) – безопасна, мало исследований, подтверждающих эффективность
- 5. Нейростимуляция: транскраниальная магнитная стимуляция, стимуляция блуждающего нерва – безопасно, мало исследований, подтверждающих эффективность
- 6. Единственный на данный момент одобренный метод при стойком шуме в ушах с подтвержденной безопасностью и эффективностью – когнитивно-поведенческая психотерапия



Подписывайтесь на наш инстаграм

Контакты для записи на курс со скидкой:

Григорьев Никита

+7 (495) 481-48-15, доб. 1644

n.grigoriev@medobr.com