

Acufene – INFORMAZIONI PER IL PAZIENTE

Il termine ACUFENE indica una sensazione uditiva "fantasma" che si verifica in assenza di stimoli acustici nell'ambiente esterno. Il "ronzio" (sibilo o fischio) viene generalmente descritto come un passaggio di corrente o un televisore rotto.

L'acufene è un sintomo e non una malattia, nel senso che da sé non è pericoloso, non causa sordità e non aggrava una sordità già esistente.

Nella maggior parte dei casi non è possibile riconoscere una causa specifica. Solo in alcune circostanze l'acufene è riconducibile a malattie precise, come: la Sindrome di Menière, la presbiacusia ovvero l'ipoacusia presente negli anziani, il trauma acustico, l'ototossicità vale a dire il danno dell'orecchio interno a seguito di somministrazione di farmaci tossici (come alcuni antibiotici) o ancora la sordità improvvisa, ecc.

Non tutti i pazienti riescono a convivere serenamente con questo disturbo. Ad esempio un "ronzio" leggermente fastidioso per alcuni, può risultare insopportabile per altri soggetti ansiosi, depressi o sotto stress psico-fisico. In effetti l'acufene interferisce sulla vita di tutti i giorni, rendendo nervosi e talora inducendo o potenziando uno stato di stress.

Cosa si può fare? L'acufene è difficile da curare, almeno nel "senso classico del termine". Non esistono farmaci risolutivi, anche se recentemente si è evidenziato come alcune sostanze ad attività anti-ossidante possano migliorare la sintomatologia, riducendone l'intensità e la frequenza di percezione. Inoltre una migliore irrorazione sanguigna del microcircolo e l'uso di farmaci (come gli anti-ossidanti) protettivi della via nervosa, possono rallentare il processo di invecchiamento ed il probabile peggioramento della sintomatologia già insorta. Non è quindi possibile prevenire o far scomparire il sintomo, ma è possibile rallentarne il decorso. L'obiettivo del medico è quello di rendere sopportabile il sintomo, riducendone l'impatto quotidiano, migliorando così la qualità di vita. Oltre al trattamento farmacologico oggi sono utilizzati metodiche varie, quali: TRT, Yoga, training autogeno, agopuntura, ipnosi, supporto psicologico o psichiatrico.

Alcuni consigli: Evitare il silenzio assoluto; imparare a rilassarsi; occupare la mente con attività impegnative; sviluppare l'attitudine all'indifferenza verso l'acufene