

I nostri esperti rispondono...

Soffro di acufeni. Questa malattia sta diventando invalidante perché non riesco più a convivere: piango e mi prendono gli attacchi di panico. Cosa mi sa dire di questa malattia?

Bruno – Tivoli (Rm)



Risponde:

Prof. Giancarlo Cianfrone

Ordinario di Audiologia

Università degli Studi di Roma La Sapienza

Gli acufeni non sono una malattia ma un sintomo.

Sono costituiti da rumori, sotto diversa forma (fischii, ronzii, fruscii, crepitii, soffi, pulsazioni ecc.), che vengono percepiti in un orecchio, in entrambi o in generale nella testa.

Si originano all'interno dell'apparato uditivo spesso nella chiocciola, ma coinvolgono sempre il sistema nervoso centrale e meccanismi legati all'ansia ed alla sfera emozionale.

Alcune delle principali **cause** determinanti l'insorgere degli acufeni sono: traumi acustici quali rumori forti ed improvvisi, traumi cranici (e in particolare frattura basale del cranio), sordità genetica o ereditaria, otiti suppurative, cerume nell'orecchio per un periodo prolungato, disordini alle cervicali, disordini vascolari, come ipertensione o ipotensione, disordini dentali, disordini della tiroide, quali ipertiroidismo o ipotiroidismo, diabete e dismetabolismi in genere, anemia severa ed indebolimento renale, sforzi, stress e stati depressivi, eccessive dosi di farmaci.

L'individuo affetto da acufene cronico può trovare sollievo **dall'arricchimento sonoro ambientale**, grazie al quale può allentare lo stato di attenzione da parte del cervello, lo stato di tensione emotiva e quindi lo stato reattivo.

Una combinazione di arricchimento sonoro e blanda terapia psicologica nota come **terapia TRT**, dall'inglese Tinnitus Retraining Therapy (letteralmente terapia di riaddestramento dall'acufene) viene ampiamente praticata e, anche se non cura realmente l'acufene, molte persone segnalano che, grazie alla TRT, l'acufene diventa molto meno fastidioso e più facile da ignorare.