



# เสียงแว่วในหูของ ผู้สูงอายุ



ปารยะ อาศนะเสน พ.บ.  
รองศาสตราจารย์  
ภาควิชา โสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล  
มหาวิทยาลัยมหิดล

**เสียงแว่วในหู (tinnitus)** เป็นความผิดปกติทางหูที่นำผู้สูงอายุมาพบแพทย์ เพราะกลัวว่าจะเป็นอันตรายกับตัวผู้สูงอายุหรือไม่ หรือเพราะรำคาญทำให้นอนหลับยาก. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะได้ยินเสียงดังนี้ เฉพาะตัวผู้สูงอายุเอง ผู้อื่นไม่ได้ยินเสียงนี้ด้วย ผู้สูงอายุมักบอกว่า เสียงแว่วในหูนั้น คล้ายเสียงจ๊กจั่นหรือจิ้งหรีดร้องอยู่ภายใน อาจเป็นเสียงหึ่งๆ วึ่งๆ หรือซ่าๆ มักเกิดเฉพาะข้างใดข้างหนึ่ง แต่เกิดทั้ง 2 ข้างได้ และมักได้ยินชัดขึ้นในเวลาากลางคืน หรืออยู่ในที่ที่เงียบ. ผู้สูงอายุอาจมีเสียงแว่วในหูอย่างเดียว หรือมีอาการอื่นๆ เช่น หูอื้อ ปวดหู เวียนศีรษะ บ้านหมุน ร่วมด้วยได้.

คนปกติธรรมดาสามารถได้ยินเสียงแว่วในหูนี้ได้ ถ้าอยู่ในที่เงียบสงัด หรือถ้ามีพยาธิสภาพของหูชั้นนอก เช่น มีขี้หูอุดตันช่องหูชั้นนอก (impact cerumen) ซึ่งถือว่าปกติ เพราะเมื่อไปอยู่ในที่ปกติ จะมีเสียงดังจากสิ่งแวดล้อมกลบเสียงแว่วในหูตามธรรมชาตินี้.

## เสียงแว่วในหูของผู้สูงอายุ แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. เสียงแว่วในหูชนิดที่ได้ยินเฉพาะตัวผู้สูงอายุ หรือเสียงที่มีการรับรู้ผิดปกติ โดยที่ไม่มีเสียงเกิดขึ้นจริง (subjective tinnitus) เป็นเสียงแว่วในหูประเภทที่พบบ่อยที่สุด

สาเหตุเกิดจากความผิดปกติของ

- **หูชั้นนอก** เช่น ขี้หูอุดตัน, เยื่อแก้วหูทะลุ (tympanic membrane)





perforation), หูชั้นนอกอักเสบ (acute otitis externa), เนื่องจากของหูชั้นนอก.

- **หูชั้นกลาง** เช่น หูชั้นกลางอักเสบ (acute otitis media), น้ำขังอยู่ในหูชั้นกลาง (otitis media with effusion) เนื่องจากท่อยูสเทเซียน (ท่อที่เชื่อมต่อระหว่างหูชั้นกลางและโพรงหลังจมูก) ทำงานผิดปกติ (eustachian tube dysfunction), โรคหินปูนในหูชั้นกลาง (otosclerosis).

- **หูชั้นใน** สาเหตุที่พบบ่อยที่สุด คือ ประสาทหูเสื่อมจากอายุที่มากขึ้น (presbycusis) นอกจากนั้น การเสื่อมของเส้นประสาทหู (sensorineural hearing loss) อาจเกิดจากการได้รับเสียงที่ดังมากๆ ในระยะเวลาสั้นๆ ทำให้เส้นประสาทหูเสื่อมเฉียบพลัน (acoustic trauma) เช่น ได้ยินเสียงปืน, เสียงระเบิด หรือเสียงประทัด, การได้รับเสียงที่ดังปานกลางในระยะเวลานานๆ ทำให้ประสาทหูเสื่อมแบบค่อยเป็นค่อยไป (noise-induced hearing loss) เช่น อยู่ในโรงงาน หรืออยู่ในคอนเสิร์ตที่มีเสียงดังมากๆ, การใช้ยาที่มีพิษต่อประสาทหู (ototoxic drug) เป็นระยะเวลานาน เช่น salicylate, aminoglycoside, quinine, aspirin, การบาดเจ็บของกะโหลกศีรษะ แล้วมีผลกระทบต่อหูชั้นใน (labyrinthine concussion), การติดเชื้อของหูชั้นใน (labyrinthitis) เช่น จากซิฟิลิส หรือไวรัสเอดส์, การผ่าตัดหูแล้วมีการกระทบกระเทือนต่อหูชั้นใน, มีรูรั่วติดต่อระหว่างหูชั้นกลาง และหูชั้นใน (perilymphatic fistula), โรคมีเนีย (Meniere's disease) หรือน้ำในหูไม่เท่ากัน.

- **สมอง** โรคของหลอดเลือด เช่น หลอดเลือดในสมองตีบ, เลือดออกในสมองจากไขมันในเลือดสูง, ความดันโลหิตสูง, เนื้องอกในสมอง เช่น เนื้องอกของเส้นประสาทหู และ/หรือประสาทการทรงตัว (acoustic neuroma).

- **สาเหตุอื่นๆ** เช่น โรคโลหิตจาง, โรคแพ้ภูมิตัวเอง (autoimmune disease), โรคเมะเร็งเม็ดเลือดขาว, โรคเกล็ดเลือดสูงผิดปกติ, โรคที่มีระดับยูริกในเลือดสูง, โรคไต, โรคเบาหวาน, โรคความดันโลหิต

ต่ำ, โรคไขมันในเลือดสูง, โรคความดันโลหิตสูง โรคเหล่านี้สามารถทำให้เกิดเสียงแว่วในหูของผู้สูงอายุได้.

**2. เสียงแว่วในหูชนิดที่บุคคลภายนอกสามารถได้ยิน หรือเสียงที่มีแหล่งกำเนิดเสียงจริงอยู่ภายในร่างกายของผู้สูงอายุ (objective tinnitus).** เสียงแว่วในหูชนิดนี้ ได้แก่ ความผิดปกติของหลอดเลือด เช่น หลอดเลือดแดงมีการเชื่อมต่อที่ผิดปกติ กับหลอดเลือดดำ (arteriovenous malformation) หรือหลอดเลือดวางอยู่ในตำแหน่งผิดปกติ หรือหลอดเลือดแดงโป่งพอง (aneurysm) บริเวณศีรษะและคอ ที่อยู่ใกล้ชิดกับหูชั้นนอก, หูชั้นกลาง หรือหูชั้นใน แม้แต่ในสมองเอง. เสียงที่เกิดขึ้น อาจเกิดพร้อมจังหวะการเต้นของหัวใจ หรือดังขึ้นเมื่อออกกำลังกาย อาจได้ยิน เมื่ออยู่ใกล้ผู้สูงอายุ หรือใช้เครื่องมือช่วยฟัง เสียงแว่วในหูที่เกิดจากการหายใจเข้า หรือออก อาจเกิดจากความผิดปกติของท่อยูสเทเซียน ซึ่งเป็นท่อที่เชื่อมระหว่างหูชั้นกลางและโพรงหลังจมูก เปิดกว้างกว่าปกติ (patulous eustachian tube).

## การวินิจฉัย

อาศัยการซักประวัติ สาเหตุต่างๆที่เป็นไปได้ ที่ทำให้เกิดเสียงแว่วในหู, การตรวจหู (otoscopy) และบริเวณรอบหู (เช่น การใช้ stethoscope ฟังบริเวณรอบๆ หู และกระดูก mastoid), การวัดความดัน ท่านอน ท่านั่ง และทำยืน (ว่ามี postural hypotension หรือไม่), การตรวจเลือด เพื่อหาความผิดปกติของเคมีในเลือด (เช่น CBC, ESR, blood urea nitrogen, creatinine, fasting blood sugar, cholesterol, triglyceride, uric acid, anti-HIV, VDRL), การตรวจปัสสาวะ, การตรวจการได้ยิน (audiogram), การตรวจการได้ยินจากหูผ่านประสาทสมองไปสู่ก้านสมอง (auditory brainstem response) และการถ่ายภาพรังสี เช่น เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ (CT) สมอง หรือกระดูกหลังหู (mastoid bone) หรือตรวจคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า (MRI) หรือฉีดสารรังสีเข้าหลอดเลือด.





## การรักษา

การรักษาเสียงแว่วในหูของผู้สูงอายุ นั้น รักษาตามสาเหตุ ซึ่งแบ่งเป็นการรักษาด้วยยา และการผ่าตัด. อย่างไรก็ตาม เสียงแว่วในหูที่เกิดจากพยาธิสภาพของหูชั้นใน, เส้นประสาทหู, และระบบประสาทส่วนกลาง โดยเฉพาะประสาทหูเสื่อม มักจะรักษาไม่หายขาด ยกเว้นสาเหตุดังกล่าวเป็นสาเหตุที่รักษาได้. นอกจากนี้ ถ้าเสียงแว่วในหูของผู้สูงอายุ เกิดจากประสาทหูเสื่อม ควรหาสาเหตุ หรือปัจจัยที่จะทำให้หูเสื่อมเร็วกว่าปกติ เพื่อหาทางชะลอความเสื่อมนั้นด้วย. ส่วนเสียงแว่วในหู บางรายไม่ทราบสาเหตุ หรือทราบสาเหตุ แต่เป็นสาเหตุที่รักษาไม่ได้ อาจหายเองก็ได้ หรือจะมีอยู่ตลอดชีวิตก็ได้

1. แพทย์ควรอธิบายให้ผู้สูงอายุยอมรับและเข้าใจ ว่าสาเหตุของเสียงแว่วในหูเกิดจากอะไร และเป็นอันตรายหรือไม่ และจะหายหรือไม่.

2. ถ้าเสียงแว่วในหู ไม่รบกวนมากต่อชีวิตประจำวัน และไม่รบกวนการนอนหลับ ไม่จำเป็นต้องรักษา เพียงแต่ผู้สูงอายุต้องทำใจยอมรับ และควรป้องกันไม่ให้ประสาทหูเสื่อมมากขึ้น (ดูข้อ 4).

3. ถ้าเสียงแว่วในหู รบกวนชีวิตประจำวันมาก และรบกวนการนอนหลับ อาจให้ยาเพื่อช่วยลดความรำคาญจากเสียงแว่วในหู

- ยาขยายหลอดเลือด (เช่น nicotinic acid, betahistine, flunarizine, cinnarizine, nicergoline, ginkgo biloba) เพื่อเพิ่มเลือดไปเลี้ยงหูชั้นในมากขึ้น.

- ยาคลายกังวล หรือยานอนหลับ และยาบำรุงประสาทหู (เช่น vitamin ต่างๆ).

- ยาลดความไวของประสาทหู (เช่น clonazepam) ทำให้เสียงแว่วในหูลดน้อยลง.

- ใช้เสียงอื่นกลบเสียงแว่วในหู ที่ทำให้เกิดความรำคาญ (tinnitus masking) เช่น เปิดเพลงเบาๆ

ก่อนนอน อาจช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกดีขึ้นบ้าง.

4. ถ้าเสียงแว่วในหู เกิดจากประสาทหูเสื่อม ควรป้องกันไม่ให้ประสาทหูเสื่อมมากขึ้น (เพราะถ้าประสาทหูเสื่อมมากขึ้นจะทำให้เสียงแว่วในหูดังมากขึ้น) โดย

- หลีกเลี่ยงเสียงดัง.

- ถ้าเป็นโรคเบาหวาน, ความดันโลหิตสูง, ไขมันในเลือดสูง, โรคไต, โรคกรดอูริกในเลือดสูง, โรคซีด, โรคเลือด ควบคุมโรคให้ดี เพราะโรคเหล่านี้ จะทำให้เลือดไปเลี้ยงประสาทหูน้อยลง.

- หลีกเลี่ยงการให้ยาที่มีพิษต่อประสาทหู เช่น aspirin, aminoglycoside, quinine.

- หลีกเลี่ยงอุบัติเหตุหรือการกระทบกระเทือนบริเวณหู.

- หลีกเลี่ยงการติดเชื้อของหู หรือการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจส่วนบน.

- ลดอาหารเค็ม หรือเครื่องดื่มบางประเภทที่มีสารกระตุ้นประสาท เช่น กาแฟ, ชา, เครื่องดื่มน้ำตาล (มีสารกาเฟอีน), งดการสูบบุหรี่ (มีสารนิโคติน).

- พยายามออกกำลังกายสม่ำเสมอ ลดความเครียด วิตกกังวล โดยเฉพาะเกี่ยวกับเสียงแว่วในหู เพราะยิ่งกังวลกับเสียงแว่วในหูมาก เสียงจะยิ่งดังมาก.

- นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ.

ดังนั้น เสียงแว่วในหูของผู้สูงอายุ อาจมีสาเหตุจากประสาทหูเสื่อม ซึ่งไม่มีอันตรายร้ายแรงใดๆ เสียงแว่วดังกล่าวอาจหายได้เอง หรืออยู่กับผู้สูงอายุตลอดชีวิตก็ได้ หรือมีสาเหตุจากโรคที่อันตราย เช่น เนื้องอกของสมอง หรือเส้นประสาท หรือหลอดเลือดแดงโป่งพองก็ได้. ดังนั้น **แพทย์ไม่ควรนิ่งนอนใจ เมื่อพบปัญหาเสียงแว่วในหูของผู้สูงอายุ ควรซักประวัติ ตรวจร่างกาย และส่งการสืบค้นเพิ่มเติม เพื่อหาสาเหตุแต่เนิ่นๆ.**