

หูอื้อ

ปัญหาหนึ่งของผู้ป่วย และอาจถือเป็นปัญหาของครอบครัวด้วยเหมือนกัน คือ การที่ผู้ป่วยมีความสามารถในการรับเสียงแยลง หรือพูดง่าย ๆ ก็คือหูอื้อ หรือหูตึงนั่นเอง และเนื่องจากเป็นภาวะที่ค่อยเป็นค่อยไป ทำให้ในบางครั้ง ครอบครัวผู้ป่วย อาจมีปัญหาได้ จากการที่ต้องตะโกนสื่อสารกันเป็นเวลานาน เช่น เสียงแหบ เป็นต้น.

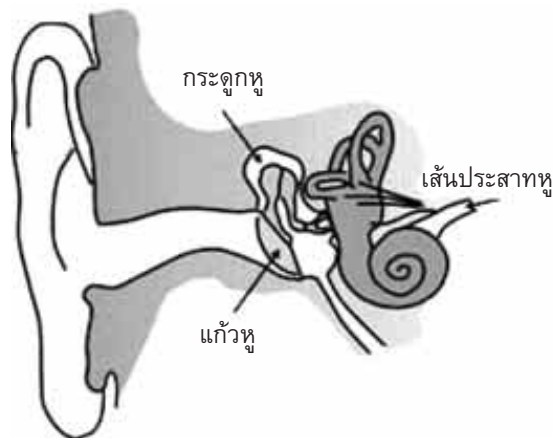
ภาวะหูอื้อ หรือหูตึง หมายถึง ภาวะที่ความสามารถในการรับเสียงแยลง มีการให้ระดับความรุนแรงของการเสียการได้ยิน ดังตาราง

ระดับการได้ยิน	ระดับความพิการ	ความสามารถในการเข้าใจคำพูด
0-25 dB	ปกติ	ไม่ลำบากในการรับฟังคำพูด
26-40 dB	หูตึงน้อย	ไม่ได้ยินเสียงกระซิบ
41-55 dB	หูตึงปานกลาง	ไม่ได้ยินเสียงพูดปกติ
56-70 dB	หูตึงมาก	ไม่ได้ยินเสียงพูดที่ดังมาก
71-90 dB	หูตึงรุนแรง	ได้ยินไม่ชัด แม้ต้องตะโกน
>90 dB	หูหนวก	ตะโกน หรือใช้เครื่องขยายเสียงก็ไม่ได้ยิน

การที่คนเราสามารถรับเสียง อาศัยกลไก 2 ส่วน คือ

1. **ส่วนนำเสียงและขยายเสียง** ได้แก่ หูชั้นนอกและหูชั้นกลาง คลื่นเสียงจากภายนอกผ่านเข้าไปในช่องหู จะไปกระทบแก้วหู และมีการส่งต่อและขยายเสียงไปยังส่วนของหูชั้นในต่อไป ถ้ามีความผิดปกติเกิดขึ้น ทำให้เกิดภาวะหูตึงได้ สาเหตุมักเกิดจากความผิดปกติของ

- **หูชั้นนอก** เช่น ขี้หูอุดตัน, เยื่อแก้วหูทะลุ, หูชั้นนอกอักเสบ, เนื้องอกของหูชั้นนอก.



ปารยะ อาศนะเสน พ.บ.,
 ผู้ช่วยศาสตราจารย์
 ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา
 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
 มหาวิทยาลัยมหิดล

- **หูชั้นกลาง** เช่น หูชั้นกลางอักเสบ, น้ำขังอยู่ในหูชั้นกลาง (otitis media with effusion), ท่อยูสเตเชียน (ท่อที่เชื่อมต่อระหว่างหูชั้นกลางและโพรงหลังจมูก) ทำงานผิดปกติ, โรคหินปูนในหูชั้นกลาง (otosclerosis).

2. ส่วนประสาทรับเสียง ได้แก่ ส่วนของหูชั้นในไปจนถึงสมอง ซึ่งเป็นส่วนที่เรารับรู้และเข้าใจเสียงต่างๆ ความผิดปกติบริเวณนี้ ส่วนใหญ่ทำให้เกิดภาวะหูตึง หูหนวกถาวร และบางโรคทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้ สาเหตุมักเกิดจากความผิดปกติของ

- **หูชั้นใน** สาเหตุที่พบได้บ่อยสุด คือ ประสาทหูเสื่อมจากอายุ นอกจากนั้น การเสื่อมของเส้นประสาทหู อาจเกิดจากการได้รับเสียงที่ดังมากๆ ในระยะเวลาสั้นๆ ทำให้เส้นประสาทหูเสื่อมเฉียบพลัน (acoustic trauma) เช่น ได้ยินเสียงปืน เสียงระเบิด หรือเสียงประทัด, การได้รับเสียงที่ดังปานกลางในระยะเวลาสั้นๆ ทำให้ประสาทหูเสื่อมแบบค่อยเป็นค่อยไป (noise-induced hearing loss) เช่น อยู่ในโรงงาน หรืออยู่ในคอนเสิร์ตที่มีเสียงดังมากๆ, การใช้ยาที่มีพิษต่อประสาทหู (ototoxic drug) เป็นระยะเวลานาน เช่น salicylate, aminoglycoside, quinine, aspirin, การบาดเจ็บของกะโหลกศีรษะแล้วมีผลกระทบกระเทือนต่อหูชั้นใน (labyrinthine concussion), การติดเชื้อของหูชั้นใน (labyrinthitis) เช่น จากซิฟิลิส หรือไวรัสเอดส์, การผ่าตัดหูแล้วมีการกระทบกระเทือนต่อหูชั้นใน, มีรูรั่วติดต่อกันระหว่างหูชั้นกลาง และหูชั้นใน (perilymphatic fistula), โรคมึเนีย (Meniere's syndrome) หรือน้ำในหูไม่เท่ากัน.

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

- **สาเหตุอื่นๆ** เช่น โรคโลหิตจาง, โรคแพ้

ภูมิตัวเอง (autoimmune disease), โรคมะเร็งเม็ดเลือดขาว, โรคเกล็ดเลือดสูงผิดปกติ, โรคที่มีระดับยูริกในเลือดสูง, โรคไต, โรคเบาหวาน, ความดันโลหิตต่ำ หรือสูง, ไขมันในเลือดสูง โรคเหล่านี้สามารถทำให้หูอื้อได้.

การวินิจฉัย อาศัยการซักประวัติ สาเหตุต่างๆ ที่เป็นไปได้ที่ทำให้เกิดหูอื้อ, การตรวจหูชั้นนอก ช่องหู แก้วหู หูชั้นกลาง และบริเวณรอบหู, การตรวจเลือดเพื่อหาความผิดปกติของเคมีในเลือด, การตรวจปัสสาวะ, การตรวจการได้ยิน เพื่อยืนยัน และประเมินระดับความรุนแรงของการเสียการได้ยิน, การตรวจคลื่นสมองระดับก้านสมอง และการถ่ายภาพรังสี เช่น เอกซเรย์ คอมพิวเตอร์สมอง หรือกระดูกหลังหู หรือตรวจคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า และการฉีดสารรังสีเข้าหลอดเลือด.

การรักษาหูอื้อ นั้น รักษาตามสาเหตุ ซึ่งแบ่งเป็นการรักษาด้วยยา และการผ่าตัด อย่างไรก็ตาม หูอื้อ ที่เกิดจากพยาธิสภาพของหูชั้นใน, เส้นประสาทหู, และระบบประสาทส่วนกลาง โดยเฉพาะประสาทหูเสื่อม มักจะรักษาไม่หายขาด ยกเว้นสาเหตุดังกล่าวเป็นสาเหตุที่รักษาได้ นอกจากนั้นถ้าเกิดจากประสาทหูเสื่อม ควรหาสาเหตุ หรือปัจจัยที่จะทำให้หูเสื่อมเร็วกว่าผิดปกติ เพื่อหาทางชะลอความเสื่อมนั้นด้วย ส่วนประสาทหูเสื่อม บางรายไม่ทราบสาเหตุ หรือทราบสาเหตุ แต่เป็นสาเหตุที่รักษาไม่ได้ อาจหายเองก็ได้ หรือจะเป็นอยู่ตลอดชีวิตก็ได้

1. แพทย์จะอธิบายให้ผู้ป่วยเข้าใจว่าสาเหตุของหูอื้อ เกิดจากอะไร และเป็นอันตรายหรือไม่ และจะหายหรือไม่.

2. ถ้าหูอื้อไม่มาก ยังพอได้ยินเสียง ไม่รบกวนคุณภาพชีวิตประจำวันมากนัก คือยังสื่อสารกับผู้อื่นได้ หรือเป็นเพียงหูข้างเดียว อีกข้างยังดีอยู่ ไม่จำเป็นต้องรักษา เพียงแต่ทำใจยอมรับ.

3. ถ้าหูอื้อมาก ไม่ค่อยได้ยินเสียง โดยเฉพาะ ถ้าเป็น 2 ข้าง และรบกวนคุณภาพชีวิตประจำวันมาก คือไม่สามารถสื่อสารกับผู้อื่นได้ และเกิดจากสาเหตุ

ที่ไม่สามารถแก้ไขได้แล้ว ควรฟื้นฟูสมรรถภาพการได้ยินด้วยการใช้เครื่องช่วยฟัง ยาที่อาจทำให้การได้ยินดีขึ้นบ้าง คือ

- ยาขยายหลอดเลือด เพื่อเพิ่มเลือดไปเลี้ยงหูชั้นในมากขึ้น.

- ยาบำรุงประสาทหู.

4. ถ้าหูอื้อ เกิดจากประสาทหูเสื่อม ควรป้องกันไม่ให้ประสาทหูเสื่อมมากขึ้น โดย

- หลีกเลี่ยงเสียงดัง.

- ถ้าเป็นโรคเบาหวาน, ความดันโลหิตสูง, ไขมันในเลือดสูง, โรคไต, โรคกรดหูรูดในเลือดสูง, โรคซีด, โรคเลือด ควบคุมโรคให้ดี.

- หลีกเลี่ยงการใช้ยาที่มีพิษต่อประสาทหู เช่น aspirin, aminoglycoside, quinine.

- หลีกเลี่ยงอุบัติเหตุ หรือการกระทบกระเทือนบริเวณหู.

- หลีกเลี่ยงการติดเชื้อของหู หรือการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจส่วนบน.

- ลดอาหารเค็ม หรือเครื่องดื่มบางประเภทที่มีสารกระตุ้นประสาท เช่น กาแฟ, ชา, เครื่องดื่มน้ำอัดลม (มีสารคาเฟอีน), งาดการสูบบุหรี่ยี่ (มีสารนิโคติน).

- พยายามออกกำลังกายสม่ำเสมอ ลดความเครียด วิตกกังวล.

- นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ.

ดังนั้นหูอื้อ อาจมีสาเหตุจากประสาทหูเสื่อมจากอายุ ซึ่งไม่มีอันตรายร้ายแรงใดๆ หรือมีสาเหตุจากโรคที่อันตราย เช่น เนื้องอกของสมอง หรือเส้นประสาทก็ได้ หูอื้อ อาจหายได้ หรืออยู่กับผู้ป่วยตลอดชีวิตก็ได้ ดังนั้นอย่านิ่งนอนใจดีกว่าครับ เมื่อมีอาการหูอื้อ ควรปรึกษาแพทย์ หู คอ จมูกเพื่อหาสาเหตุแต่เนิ่นๆ.