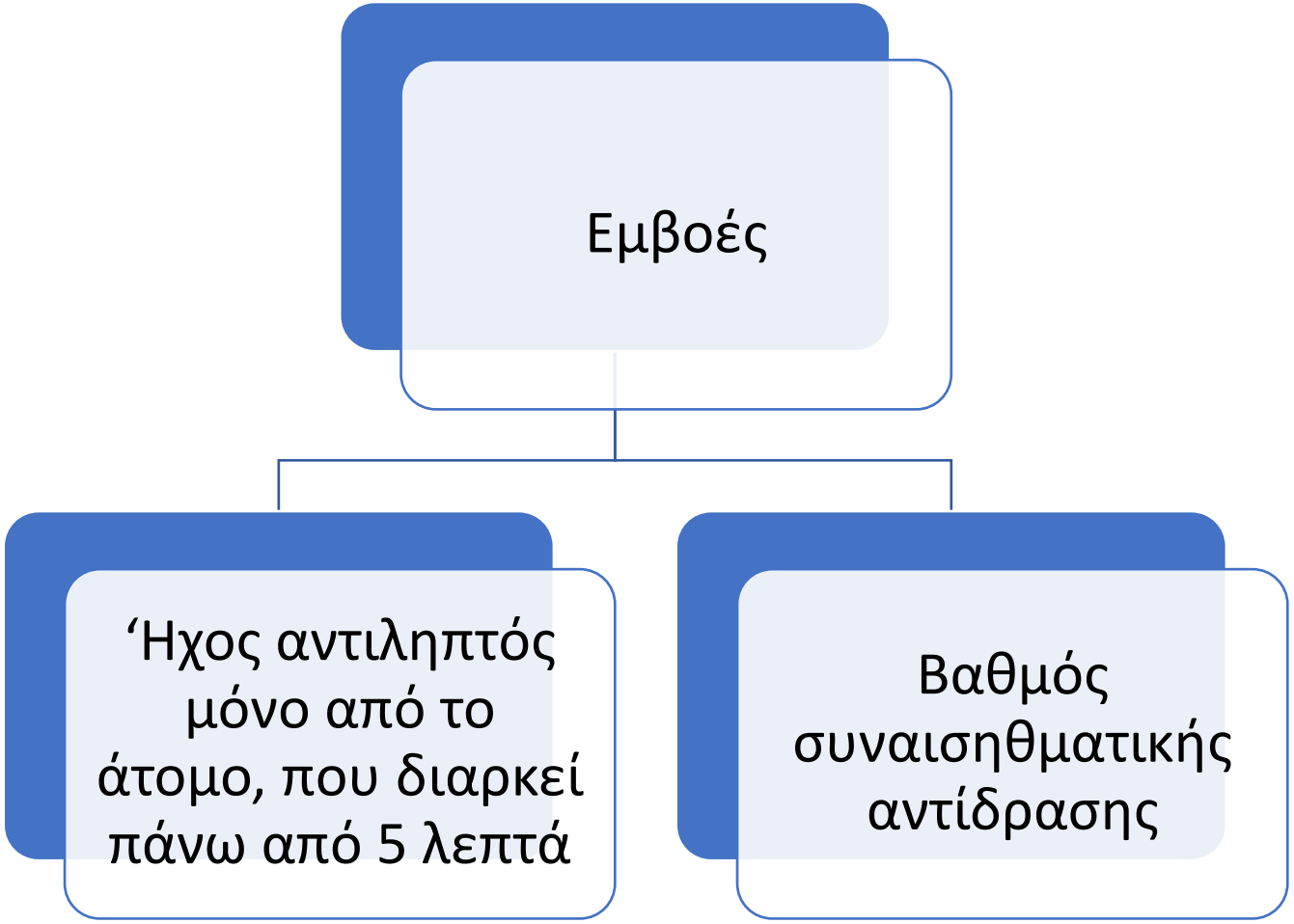
Κατευθυντήριες οδηγίες για την αξιολόγηση και αντιμετώπιση ασθενών με εμβοές

Δημήτρης Κικίδης Α’ Πανεπιστημιάκή ΩΡΛ Κλινική

Γ.Ν. Ιπποκράτειο Αθηνών

Ορισμός


Εμβοές
‘Ηχος αντιληπτός μόνο από το άτομο, που διαρκεί πάνω από 5 λεπτά
Βαθμός συναισηθματικής αντίδρασης

https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2Fs00106-019-0633-7.pdf

Guidelines

HNO 2019 · 67 (Suppl 1):S10–S42
https://doi.org/10.1007/s00106-019-0633-7
Published online: 7 March 2019
© Springer Medizin Verlag GmbH, ein Teil von Springer Nature 2019

CrossMark

R. F. F. Cima[1,2] · B. Mazurek[3] · H. Haider[4] · D. Kikidis[5] · A. Lapira[6] · A. Noreña[7] · D. J. Hoare[8,9]

[1] Faculty of Psychology and Neuroscience, Department of clinical Psychological Science, Experimental Health Psychology, Maastricht University, Maastricht, The Netherlands
[2] Adelante Centre of Expertise in Rehabilitation and Audiology, Hoensbroek, The Netherlands
[3] Tinnituscenter, Charité—Universitätsmedizin Berlin, Berlin, Germany
[4] ENT department, Hospital Cuf Infante Santo, Lisbon, Portugal
[5] 1st Department of Otolaryngology, National and Kapodistrian University of Athens, Athens, Greece
[6] Malta University, Valetta, Malta
[7] Sensory systems and neuroplasticity, Aix-Marseille Université, Marseille, France
[8] National Institute for Health Research (NIHR) Nottingham Biomedical Research Centre, Ropewalk House, University of Nottingham, Nottingham, United Kingdom
[9] Otology and Hearing Group, Division of Clinical Neuroscience, School of Medicine, University of Nottingham, Berlin, Germany

A multidisciplinary European guideline for tinnitus: diagnostics, assessment, and treatment

Contributors

Contents

3.1 Introduction

ENG 9:55 μμ 13/5/2019

Τύποι Εμβοών

Σφύζουσες: Ακολουθούν τον σφυγμό (είναι χρήσιμη η επιβεβαίωση). Συχνά οφείλονται σε διαταραχές του κυκλοφορικού και μπορεί να υποχωρούν με πίεση στα αγγεία του τραχήλου. Σύσταση για U/S καρωτίδων και μαγνητική αγγειογραφία.

Αντικειμενικές: Ακουστές από τον εξεταστή, συνήθως με στηθοσκόπιο. Κατά κανόνα σφύζουσες

Συνεχείς: Οι συνηθέστερες (90%). Συχνά υψίσυχνες αλλά σε αρκετούς ασθενείς πολυσυχνοτικές. Κυμαινόμενης έντασης και διάρκειας

Σωματοασισθητικές: Υπο-ομάδα των συνεχών (15%). Αλλάζουν ένταση ή εξαφανίζονται με κινήσεις του σώματος, συνήθως της κεφαλής. Συσχέτιση με σύνδρομο κροταφογναθικής.

Επιδημιολογία

- 15% αναφέρουν εμβοές σε τρεις ανεξάρτητες καταγραφές σε Αγγλία, Σουηδία, Ιταλία
- 50 εκατομμύρια στην Ευρώπη
- 8% διαταράσσει ελαφρά έως μέτρια λειτουργίες όπως η συγκέντρωση και ο ύπνος
- 0,5% διαταράσσει καθοριστικά το επίπεδο ποιότητας της ζωής
- Πλειοψηφία ασθενών που αναζητά ιατρική βοήθεια ανήκει στα ανώτερα κοινωνικοοικονομικά στρώματα

Εμβοές- Τι σημαίνουν

- 19% των ασθενών είναι πρόθυμοι να τοποθετήσουν εμφύτευμα στον εγκέφαλο προκειμένου να απαλλαγούν
- 12% θα ήταν διατεθειμένοι να το κάνουν , απλά για να μειωθεί η ένταση στο μισό
- Πάνω από 50% διατεθειμένοι να ξοδέψουν πάνω από 5.000 δολάρια
- 20,3% πάνω από 25.000

Κλινική Προσέγγιση

Σύμπτωμα υποκείμενης νόσου (Ακουστικό Νευρίνωμα)

Συννοσηρότητα

(Βαρηκοΐα έως και 90% αλλά ο βαθμός βαρηκοΐας δεν προβλέπει ύπαρξη και βαρύτητα εμβοών)

Trigger για την εμφάνιση νόσου (Κατάθλιψη)

Αξιολόγηση Εμβοών

Ασθενείς με εμβοές
Άτομα που βιώνουν εμβοές

Αντικειμενικές(;) Μετρήσεις Εμβοών

- Ταυτοποίηση συχνότητας: Παρουσίαση δύο τόνων και αναζήτηση κοντινότερου ήχου στις εμβοές
- Ελάχιστη ένταση ηχοκάλυψης (masking): Αναζήτηση έντασης ήχου masking που αρκεί για να υποωρήσουν οι εμβοές. Εργαλείο εκτίμησης αλλά και εκπαίδευσης του ασθενούς.
- Το ερέθισμα είναι δυνατό να αλλάξει το χαρακτήρα των εμβοών

Ταυτοποίηση συχνότητας (Pitch Matching)

- Αναζήτηση συχνότητας εμβοών
- Χορήγηση ήχων όλων των συχνοτήτων
- Output:Συχνότητα
- Μεγάλος βαθμός υποκειμενικότητας
- Συνηθέστατα υψηλές συχνότητες
- Συνηθέστατα οι εμβοές πολυτονικές

Χρήση Ερωτηματολογίου

- Υποχρεωτική
- Αξιολόγηση
- Βοήθεια στην επιλογή θεραπείας
- Παρακολούθηση

Αντιμετώπιση Εμβοών

Εμβοές
Αναστρέψιμες
Εμβοές

UNITI Interventions

Ear-mediated

Sound Therapy

A combination of Sound Masking, Residual Inhibition and Notched Music will be provided through a mobile application, after individualised mapping of tinnitus frequencies. Sound stimuli will be fully personalised and provided for periods of time defined by protocol.

Hearing Aid Fitting

Patients with moderate and severe hearing loss will be provided with hearing aid according to randomisation resutls. The hearing aid devices will be provided by SIVANTOS GmbH and will be fitted under a unified protocol.

Brain-mediated

Structured Counselling

Counselling will provide information about tinnitus origin, monitoring, adaptation and coping techniques. Information will be available through the mobile applicaiton for patients to be advised. High-end technological solutions (e.g. augmented reality) will be also used as supportive tool.

Cognitive Behavioural Therapy for Tinnitus

In the context of CBT, analysis of tinnitus related cognitions, emotions and behaviours, as well as current management strategies will be implemented. Intervention will be harmonised among clinical centres.

Counselling

- Επεξήγηση
- Πρόγνωση
- Διακυμάνσεις
- Κατηγορία
- Χρήση ήχων για ανακούφιση
- Αποκλεισμός άλλης παθολογίας
- Διαταραχές ύπνου

Ακουστικά Βαρηκοΐας

- Αποτελεσματικά σε άνω του 50%
- Η μέθοδος με τη μεγαλύτερη πιθανότητα πλήρους υποχώρησης των εμβοών
- Maskers
- Ενδείξεις ότι η ενίσχυση στο φάσμα συχνοτήτων των εμβοών αυξάνει την πιθανότητα ελάττωσής τους

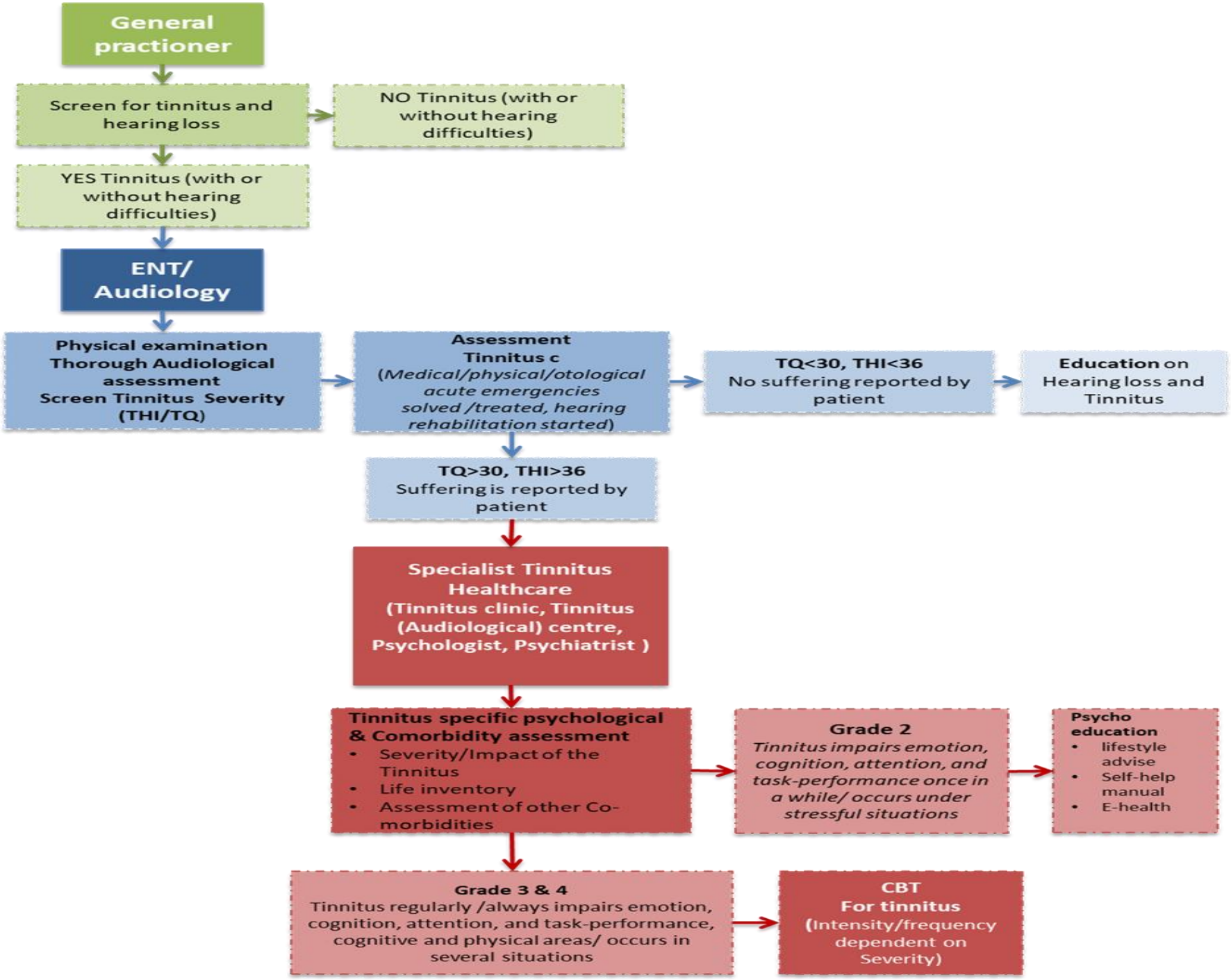
Ηχοκάλυψη-Applications

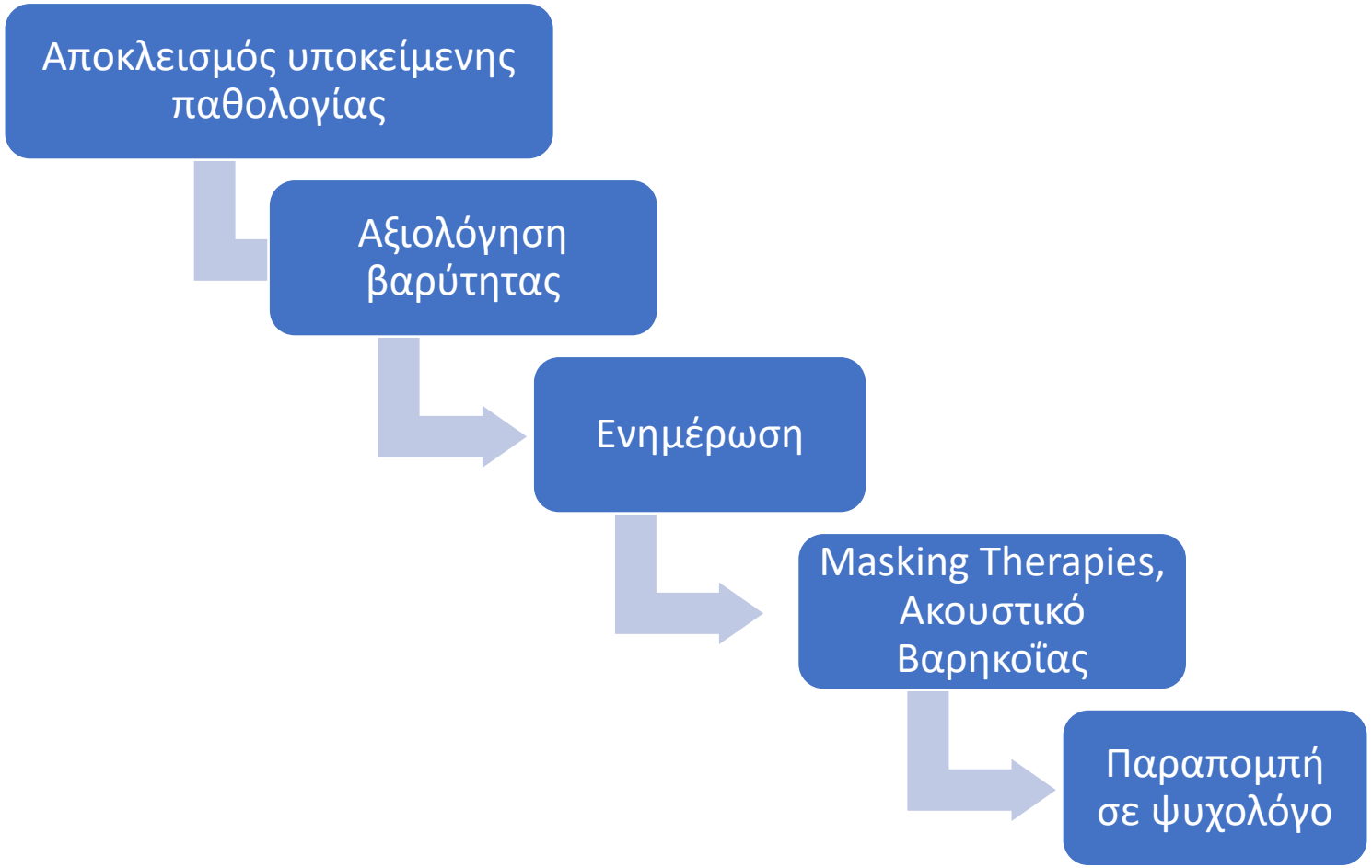
- **H & T Sound Therapy** : οχι εκτενής ε εξήγηση, αρκετά λε τομερής ρύθμιση αραμέτρων για κάλυψη εμβοών.
- **myNoise** : ευκολοχρηστη, αρκετά α λή χωρίς ρύθμιση ολλων αραμέτρων,ήχοι φύσης ,βοηθά και σε ηρεμία, α οβολή στρες
  Oticon Tinnitus Sound : συνδεση με ακουστικά βαρηκοΐας, ισοστάθμιση ροής ήχου α ό το τηλέφωνο στα ακουστικά βαρηκοΐας.
- **Relax Melodies** : όχι ρύθμιση ολλών αραγόντων,λίγο χαοτικό μενού,μελωδίες ,ικανότητα συνδυασμού τους , εκτός α ό κάλυψη βοηθά και σε ηρεμία, α οβολή στρες και ε έλαση ύ νου.
- **Relax Noise 3** : ολυ α λό σε χρήση, ε ιλογή ήχου, έντασης αλλά όχι συχνότητας.
- **SimplyNoise** : ολύ α λό σε χρήση, αρόμοιο με Relax Noise 3* αλλά λίγο ερισσότερες ε ιλογές σε ρυθμίσεις .
- **Tinnitus Notch** : μόνη ε ιλογή η συχνότητα .Ε ί ληρωμή κά οιες αρα άνω ιδιότητες (ερισσότεροι ήχοι),αρκετά ε εξηγηματικές οδηγίες
- **Tinnitus Balance App** : ολύ καλή και ε εξηγηματική εισαγωγή, μικρή ε ιλογή ήχων και αραμέτρων
- **Tinnitus Therapy (Lite)** : αρκετά ε εξηγηματικό στις οδηγίες, ήχοι φύσης ,όχι ολλές αράμετροι, εκτός α ό κάλυψη βοηθά και σε ηρεμία, α οβολή στρες και ε έλαση ύ νου
- **Tonal Tinnitus Therapy** : καλή ε εξήγηση ,αρκετές αράμετροι, ε ί ληρωμή, δωρεάν 7d
- **Track Your Tinnitus** : ολυ καλή για καταγραφή εμβοών , εριέχει ερωτηματολογια
- **Whist** : αρκετές αράμετροι να ρυθμίσεις , ολύ ε εξηγηματικές οδηγίες
- **White Noise (Lite)** : μόνο white noise, αρκετές ε ιλογές ήχων φύσης, εκτός α ό κάλυψη βοηθά και σε ηρεμία, α οβολή στρες και ε έλαση ύ νου
- **Tinnitus Pitch**
- **Tinnitus Tamer**

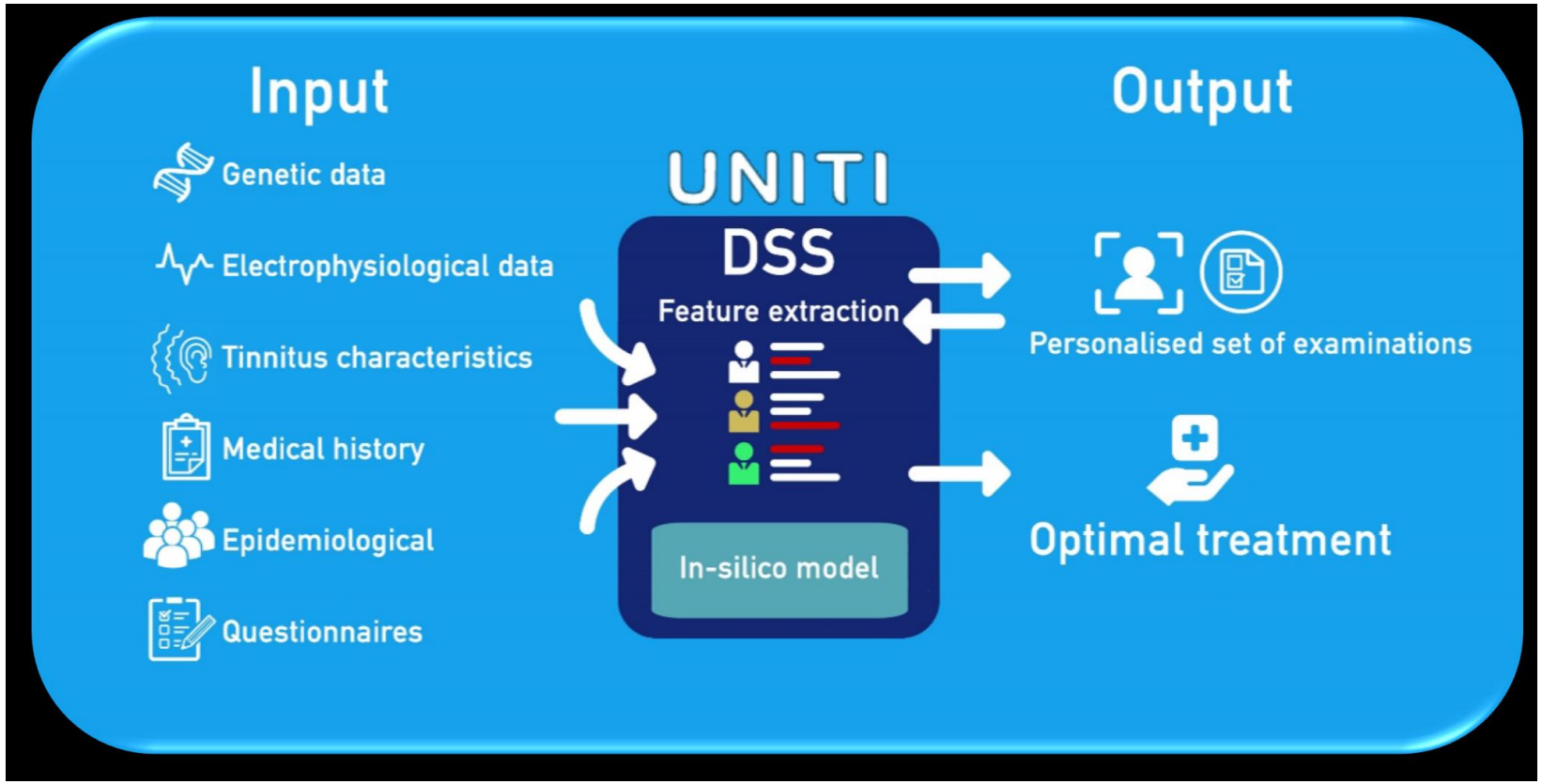
- Notched Music
- Επιλογή μουσικής από τον ασθενή
- Σε κάποιες μελέτες, βελτίωση εμβοών

Συμπεριφορική Γνωσιακή Θεραπεία

- Για επιλεγμένους ασθενείς
- Γίνεται από ψυχολόγο
- 5-7 συνεδρίες
- Πολύ καλή βιβλιογραφική τεκμηρίωση
- Γίνεται και στην Ελλάδα


General practioner
Screen for tinnitus and hearing loss
NO Tinnitus (with or without hearing difficulties)
YES Tinnitus (with or without hearing difficulties)
ENT/ Audiology
Physical examination
Thorough Audiological assessment
Screen Tinnitus Severity (THI/TQ)
Assessment Tinnitus c
(Medical/physical/otological acute emergencies solved /treated, hearing rehabilitation started)
TQ<30, THI<36
No suffering reported by patient
Education on Hearing loss and Tinnitus
TQ>30, THI>36
Suffering is reported by patient
Specialist Tinnitus Healthcare
(Tinnitus clinic, Tinnitus (Audiological) centre, Psychologist, Psychiatrist)
Tinnitus specific psychological & Comorbidity assessment
• Severity/Impact of the Tinnitus
• Life inventory
• Assessment of other Co-morbidities
Grade 2
Tinnitus impairs emotion, cognition, attention, and task-performance once in a while/ occurs under stressful situations
Psycho education
• lifestyle advise
• Self-help manual
• E-health
Grade 3 & 4
Tinnitus regularly /always impairs emotion, cognition, attention, and task-performance, cognitive and physical areas/ occurs in several situations
CBT
For tinnitus
(Intensity/frequency dependent on Severity)


Αποκλεισμός υποκείμενης παθολογίας
Αξιολόγηση βαρύτητας
Ενημέρωση
Masking Therapies, Ακουστικό Βαρηκοΐας
Παραπομπή σε ψυχολόγο

UNITI

- Η μεγαλύτερη πολυκεντρική μελέτη για εμβοές (Γερμανία, Ολλανδία, Ισπανία, Ελλάδα)
- Δε θα συγκρίνει μόνο τις παρεμβάσεις, θα προσπαθήσει να ανακαλύψει ποιο προφίλ ταιριάζει σε κάθε θεραπεία
- Decision Support System
- Ασθενείς από 18-80
- Έναρξη 03/2021