



當耳鳴揮之不去

治療耳鳴要從多方面下手
我們已發展出適合國人的TMS治療方案

文／耳鼻喉部 主治醫師 鍾雄光

以耳鳴為主訴的病患，約占耳科門診的1/10，是繼聽力受損之後，最困擾國人的耳疾。「耳鳴」的定義是在沒有外界聲音刺激的狀況下，耳朵自行感受到聲響。患者常因耳鳴導致睡眠困擾、干擾正常聽覺、易怒與注意力無法集中而求診。

造成耳鳴的原因

許多人以為耳鳴是聽覺退化所引起，但兩者不應單純地畫上等號。一些來自於身體的噪音，如：血管瘤、顎肌痙攣；或是腫瘤，如：聽神經瘤、鼻咽癌；甚至是來自內耳的疾患，如：梅尼爾式症、突發性聽障等，也都是耳鳴的成因之一。針對以上可疑的病因，醫師會在門診安排一系列檢查，以排除可能的疾病。其他無法以解剖構造問題解釋的耳鳴，才會歸咎於聽力受損。

至於是不是聽力受損越嚴重，耳鳴聲音越大？答案是否定的。耳鳴的嚴重程度與聽力受損或情緒障礙，並沒有直接的關連。

目前較新的耳鳴理論是大腦聽覺皮質「可塑性」學說，當來自周邊的耳朵神經受損，使得大腦掌管聽覺的部分接收不到訊號，便會自行發出電波刺激，造成大腦誤判。這種錯誤的神經網路日復一日，當轉變成常態性迴圈，耳鳴的聲音便揮之不去了。

打個比方來說，如果在三更半夜沒有電台節目的情況下旋開收音機，天線把來自空氣中的雜波訊號放大，我們就會從喇叭裡接收到一堆無意義的噪音。更麻煩的是這樣的神經衝動常常會「並聯」到掌管情緒的中樞，導致耳鳴患者情緒不穩、易怒、睡眠障礙等現象。

治療耳鳴的方法

因此，治療耳鳴需要從多方面下手，可服用加強末梢血液循環，修復受損神經活性的藥物，或是一些鈣離子阻斷劑，以抑制過度放電的神經。平日還必須學習適度控制情



緒，接納耳鳴成為身體與生活的一部分，以及避免熬夜或到噪音吵嘈處。

耳鳴遮蔽器是利用晶片模擬出人耳耳鳴的聲音，供患者配戴，長時間的練習可讓耳鳴「神隱」入患者的潛意識中，不再成為困擾。有的智慧型手機應用程式可炮製出類似的聲音，不妨下載試試。此外，睡前的輕音樂、冷氣或暖爐的轟轟聲，也有訓練腦部適應噪音的效果。

創新療法： 重覆性經顱磁刺激器 (TMS)

近來有更創新的治療，就是重覆性經顱磁刺激器 (transcranial magnetic stimulation, 簡稱TMS)，它的原理是以強力電流產生強大的磁場，在大腦特定區域以此磁力改變神經的通路走向。只要把刺激器

調整成抑制性的模式，作用在過度活化的聽覺皮質上，便可弭平腦部內的亂流，讓紊亂的聽覺傳導路徑回到正軌，因而壓抑耳鳴的產生。

其實同樣的理論在國外已應用在憂鬱症、過動症與一些運動功能障礙的患者身上，在德國與比利時也有大規模的耳鳴治療療效發表。分析他們的結果，其療效會受耳鳴病史、聽力受損程度與年齡的影響，因此同樣的模式與刺激強度，套用在國人身上並不一定適用。

本科自2010年開始，與神經醫學實驗室合作，已發展出適合國人耳鳴患者的TMS治療方案，目前臨床上的試驗進展頗為豐碩，希望在不久的將來，能夠推廣成為耳鳴治療的武器之一。☺