

耳鳴治療新技術

最近兩年開始利用腦磁激幫助受嚴重耳鳴困擾的病人，成效令人相當鼓舞。

耳鳴就像一個不能關閉的收音機，不斷發出噪音，患者感覺耳朵聽到或腦中出現持續的嗡嗡聲、風聲、電視雜訊聲或刺耳噪音等。每個耳鳴患者所聽到的聲音都可能略有差異。2018年美國一項調查發現，大約10%成年人過去12個月曾經受耳鳴困擾；當中26%症狀已維持長達15年或以上，36%不斷受到症狀困擾，嚴重影響日常生活。

耳鳴可分為兩種類型，大部分是自覺性耳鳴（Subjective Tinnitus），只有患者自己

聽到耳鳴噪音，病人耳蝸未能發送正常脈衝到大腦，大腦自行產生雜音來彌補正常的聲音訊號，通常是因為聽覺神經系統受損或退化引起；小數患者是他覺性耳鳴（Objective Tinnitus），患者與醫生都能聽到的耳鳴噪音，通常與血液循環、肌肉骨骼有關。

醫學上暫時未有根治耳鳴的方法，症狀輕微者一般會鼓勵他們學習放鬆身體和改善睡眠質素，以減少耳鳴對日常生活的影響。透過一些柔和、悅耳的聲音來蓋過耳鳴，對部分患者亦有顯著幫助。當耳鳴不斷困擾患者，影響睡眠、工作表現、日常生活以致情緒

狀態，就可能需要利用情緒藥或其他中樞神經藥物以抑制耳鳴的聲音。然而臨床研究仍然未能確定藥物對耳鳴的實際功效，同時藥物所引發的副作用經常令患者十分難受。

耳鳴普遍原因是大腦處理聲音訊號神經網絡退化或受損，針對刺激大腦聽覺神經迴路的治療方法近年取得突破性的進展。這些嶄新技術包括定位導航腦磁激治療、腦神經回應治療及腦電波回應治療。這些療法重點在於有效刺激與聽覺相關的大腦神經網絡，利用大腦神經可塑性的特質（Neuroplasticity），讓大腦自我修復、重整和平衡聲音處理系統，讓患者重新享受安靜的日常生活。

作者為執業臨床心理學及
腦神經心理學專家