

2017.01.18 – Acufeni di Simonetta Calamita

I [ronzii alle orecchie](#), o [acufeni](#) che dir si voglia, costituiscono un disagio più o meno importante che tormenta una buona fetta della popolazione. I ronzii sono rumori fastidiosi, continui od intermittenti, percepiti in assenza di fonti sonore esterne; questi tinniti possono regredire nell'arco di poco tempo, quindi costituire un fenomeno temporaneo e facilmente reversibile, oppure possono angosciare in modo assiduo e permanente chi ne è affetto.

Da alcuni definito una sorta di "male immaginario della mente", il ronzio alle orecchie può presentarsi in modo così violento ed intenso da gravare pesantemente sulla qualità della vita di chi ne viene colpito.



Sintomi

Gli acufeni sono sempre sintomatici: ciò che varia da un paziente all'altro è l'intensità del rumore percepito a livello dell' orecchio (o degli orecchi).

I ronzii alle orecchie possono essere descritti come un:

- rumore lieve simile ad un ronzio
- rumore penetrante
- sibilo
- suono ruggente
- tinnito
- rombo sordo
- rumore simile ad un grido acuto
- soffio costante
- fischio
- rumore frizzante
- ronzio pulsante, ritmico

In alcuni pazienti, il ronzio alle orecchie si manifesta con una tale intensità da ostacolare seriamente le capacità di udito e concentrazione, ripercuotendosi negativamente anche sulla qualità del sonno. L'acufene può talvolta degenerare in disturbi psichici rilevanti: i ronzii incessanti e violenti possono indurre ansia, irritabilità ed insonnia e depressione, oltre a provocare seri disagi sociali e relazionali.

Diagnosi

Nonostante siano disponibili numerosi test diagnostici volti ad accertare l'acufene, il più delle volte risulta complicato risalire alla causa scatenante. Ad ogni modo, le strategie diagnostiche più utilizzate a tale scopo sono:

1. Esame audiometrico e impedenzometrico: utile per designare una possibile causa scatenante l'acufene e per identificare perdite uditive spesso causa di tale sintomo
2. Potenziali Evocati uditivi
3. Test di movimento: il medico esamina i movimenti oculari, mandibolari, del collo e degli arti del paziente. Se, durante questi movimenti, il ronzio alle orecchie peggiora o diminuisce, lo specialista può orientare la diagnosi verso una causa piuttosto che un'altra.
4. Test di imaging come la TC o la RMN: potrebbe essere necessario sottoporre il paziente a test di imaging per accertare o smentire un sospetto di patologia grave come neurinomi del nervo acustico, malattie degenerative quali la sclerosi multipla, leucoencefalopatie vascolari e ischemie cerebrali
5. Doppler epiaortico per documentare la pervietà di flusso alle arterie carotidi e alle arterie vertebrali
6. Rx rachide cervicale per evidenziare eventuale presenza di cervicopatie degenerative ed artrosiche a carico della colonna vertebrale

Sfortunatamente, in molti casi risulta estremamente difficile risalire con precisione alla causa che si cela dietro i ronzii alle orecchie: per questo motivo, molti farmaci vengono somministrati esclusivamente per alleviare i sintomi, senza tuttavia interagire direttamente sul fattore causale.

Cure

La cura completa e definitiva per l'acufene è possibile solo quando viene identificata con certezza la causa scatenante. Purtroppo però, come abbiamo visto, risulta piuttosto complesso risalire alla patologia che vi si pone alle origini, pertanto la cura sarà prettamente sintomatica.. In linea generale, i pazienti che lamentano fastidiosi acufeni vengono sottoposti ad un'accurata pulizia delle orecchie, mirata alla rimozione dei tappi di cerume. L'igiene dell'orecchio può attenuare il ronzio percepito. I [farmaci più utilizzati in terapia per la cura degli acufeni](#) sono:

1. [Farmaci antipertensivi](#): indicati quando il ronzio alle orecchie dipende da un'alterazione dei [valori pressori](#)
2. [Farmaci antibiotici](#): indicati quando il ronzio alle orecchie dipende da un'infezione [batterica](#) (es. [otite](#), [sifilide](#), [meningite](#) ecc.)
3. [Farmaci antidepressivi](#): sono utilizzati per alleviare un effetto collaterale (piuttosto comune) dei ronzii alle orecchie: la depressione. Come osservato, molti pazienti colpiti dalle forme gravi di acufene diventano [ansiosi](#), [depressi](#) e stressati: la [somministrazione](#) ponderata di farmaci [antidepressivi](#) può migliorare la qualità di vita del paziente colpito.

Importanti sono spesso i **rimedi casalinghi** ai quali dobbiamo affidarci per cercare di migliorare o risolvere l'acufene. Importante di evitare l'esposizione giornaliera di forti rumori, eliminare o quantomeno ridurre le vostre dosi giornaliere di caffeina e sale. Mentre normalmente tali alimenti non hanno apprezzabili effetti sulla gran parte delle persone, è stato dimostrato che sono sostanze che non fanno bene se soffrite di acufene, e quindi sarebbero da eliminare dalla vostra dieta. Ciò potrebbe contribuire senz'altro ad alleviare i sintomi dell'acufene : imperativo invece è il suggerimento di **smettere completamente di fumare**. Ambedue i rimedi, oltre a , come detto, contribuire al alleviare i sintomi dell'acufene, avranno senz'altro ricadute positive sullo stato complessivo della vostra salute.

Si è inoltre notato che le persone che soffrono di tale disturbo hanno un basso livello di zinco nel sistema fisico, e che un'intervento sulla dieta che preveda l'assunzione di un integratore di tale minerale ha portato alcuni benefici, alleviandone i sintomi.

Molti studi suggeriscono che la melatonina sia di grande aiuto, particolarmente per quelle persone che hanno difficoltà nel prendere sonno a causa di fischi persistenti che si producono all'interno dell'orecchio. Molto importante e risolutivo sembra essere l'assunzione di integratori specifici a riguardo, come uso del **Ginkgo Biloba** e tutt'oggi tale prodotto viene segnalato come un grande rimedio naturale per la cura dell'acufene .

Quando il paziente non risponde positivamente alla cura, è pensabile un intervento alternativo mediante l'applicazione di speciali dispositivi elettrici chiamati "mascheratori", i quali congegni possono sopprimere o ridurre il ronzio alle orecchie o potrebbero essere assunti degli integratori

Simonetta Calamita