

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی
www.abrahami.ir

مشکلات شنوایی



مشکلات شنوایی

برخی از سرطان‌ها و درمان‌های سرطان ممکن است باعث کاهش شنوایی یا زنگ در گوش شوند که به آن وزوز گوش نیز گفته می‌شود. کاهش شنوایی و وزوز گوش ناشی از سرطان و درمان سرطان، می‌تواند از خفیف تا شدید متغیر باشد و ممکن است با هم یا جداگانه اتفاق بیفتد. مشکلات شنوایی ممکن است پس از سرطان و درمان آن از بین بروند یا ممکن است مادام‌العمر باشند.

در یک مطالعه، نیمی از افراد تحت شیمی‌درمانی، کاهش شنوایی قابل توجهی تجربه کردند، اما همیشه از آسیب آن آگاه نبودند. اگر درمان‌های سرطانی داشته‌اید که می‌تواند بر شنوایی تأثیر بگذارد، آزمایش‌های شنوایی منظم می‌تواند به شما کمک کند مشکلات شنوایی را زود هنگام تشخیص دهید و کمک بگیرید.

مشکلات شنوایی می‌تواند کیفیت زندگی شما را تحت تأثیر قرار دهد. در مورد هرگونه تغییر در شنوایی، چه در طول درمان و یا پس از درمان، به تیم مراقبت‌های درمانی خود اطلاع دهید. آنها ممکن است بتوانند مشکلات و هرگونه عوارض جانبی دیگر را درمان کنند. این نوع درمان، **مراقبت تسکینی یا حمایتی نامیده می‌شود** و بخش مهمی از مراقبت کلی سرطان شما بدون توجه به سن یا نوع یا مرحله سرطان است.

انواع مشکلات شنوایی چیست؟

گوش دارای ۳ بخش اصلی است: گوش خارجی (قسمتی است که دیده می‌شود)، گوش میانی و گوش داخلی. آسیب به هر قسمت از گوش می‌تواند باعث مشکلات شنوایی شود.

۲ نوع اصلی کم شنوایی وجود دارد:

کاهش شنوایی انتقالی. کاهش شنوایی انتقالی (هدایتی) زمانی اتفاق می‌افتد که چیزی گوش خارجی یا میانی شما را مسدود کند. صدا نمی‌تواند به گوش داخلی برسد که سیگنال‌هایی را به مغز شما می‌فرستد. جرم گوش یا عفونت گوش می‌تواند گوش خارجی یا میانی را مسدود کند. درمان پزشکی، اغلب، می‌تواند این نوع کم‌شنوایی را برطرف کند.

کاهش شنوایی حسی عصبی. کاهش شنوایی حسی عصبی زمانی اتفاق می‌افتد که گوش داخلی یا عصب شنوایی شما آسیب‌دیده باشد. عصب شنوایی، گوش را به مغز شما متصل می‌کند. آسیب به گوش داخلی یا عصب شنوایی اغلب دائمی است.

دو نوع اصلی وزوز گوش وجود دارد:

وزوز ذهنی. شما تنها کسی هستید که می‌توانید صداهای وزوز گوش را بشنوید. این صداها می‌توانند به صورت زنگ، زمزمه، وزوز، کلیک، خش خش یا صداهای دیگر باشند. این صداها از آسیب به هر قسمت از گوش یا اعصاب شنوایی می‌آیند.

وزوز عینی. پزشک می‌تواند صداهای وزوز گوش را نیز بشنود. چندین شرایط مختلف سلامتی می‌توانند باعث این شکل نادر وزوز گوش شوند. آنها شامل مشکلات دریچه قلب یا رگ‌های خونی و سفت شدن ماهیچه‌ها هستند.

دلایل مشکلات شنوایی چیست؟

علل مشکلات شنوایی می‌تواند شامل موارد زیر باشد.

شیمی‌درمانی. برخی از انواع **شیمی‌درمانی** می‌تواند به گوش داخلی شما آسیب برساند. اینها شامل داروهای مبتنی بر پلاتین مانند سیس پلاتین (پلاتینول) و کربوپلاتین (پاراپلاتین) و تاکسان‌هایی مانند پاکلیتاکسل (تاکسول) و دوستاکسل (تاکسوتر) می‌شود.

وزوز گوش اغلب اولین علامت آسیب ناشی از شیمی‌درمانی است. همچنین، ممکن است زمانی که دارو به سلول‌های گوش داخلی آسیب می‌رساند،

شنوایی خود را از دست بدهید. این مشکلات شنوایی معمولاً در هر دو گوش اتفاق می‌افتد. کم‌شنوایی ناشی از شیمی‌درمانی معمولاً دائمی است، اما استفاده از سمک ممکن است کمک‌کننده باشد.

پرتودرمانی. دوزهای بالای **پرتودرمانی** به سر، گوش یا مغز می‌تواند به گوش داخلی آسیب برساند. پرتودرمانی، همچنین، می‌تواند باعث مشکلات و عوارض جانبی گوش میانی و خارجی شود. اینها ممکن است شامل التهاب، مسدود شدن گوش، تجمع مایعات و سفت شدن استخوان‌های گوش باشد. همه این عوامل، می‌تواند بر شنوایی شما تأثیر بگذارد. بسته به درمانی که دریافت می‌کنید، ممکن است این کم‌شنوایی در یک یا هر دو گوش داشته باشید.

عمل جراحی. جراحی روی مغز، گوش یا عصب شنوایی می‌تواند باعث مشکلات شنوایی شود.

داروهای رایج. بسیاری از داروهایی که همراه با درمان سرطان مصرف می‌کنید، می‌توانند به گوش داخلی آسیب برسانند. استفاده از چندین مورد از آنها با هم خطر کم‌شنوایی و وزوز گوش را افزایش می‌دهد. اگر برای مدت طولانی، دوزهای زیاد مصرف کنید، احتمال مشکلات شنوایی بیشتر است. داروهایی که می‌توانند به گوش داخلی شما آسیب برسانند، عبارت‌اند از:

- **آنتی‌بیوتیک‌های خاص.** از پزشک یا داروساز خود راجع به تأثیر آنتی‌بیوتیک‌های تجویز شده بر کاهش شنوایی، سؤال کنید. این آنتی‌بیوتیک‌ها شامل اریترومايسين، نئومايسين، جنتامایسین، استرپتومايسين و توبرامايسين هستند. آنها نام‌های تجاری زیادی دارند، بنابراین بررسی داروها با پزشک یا داروساز بسیار مهم است.

- **داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی.** مانند ایبوپروفن (ادویل) و ناپروکسن (آلیو)

- **سایر داروها.** داروهای دیگری نیز وجود دارند که می‌توانند باعث مشکلات شنوایی شوند. این داروها شامل:

- آسپرین، در مقادیر زیاد مصرف می‌شود.

- برخی از دیورتیک‌ها (ادرارآور)، مانند فوروزماید (لاسیکس) و اسید اتاکرینیک (ادکرین)

- برخی از داروهای قلب و فشار خون، مانند متوپرولول (لوپرسور)

- برخی از داروهای ضدتهوع مانند پرومتازین (فنگان)

شرایطی که سرطان نیستند. بسیاری از شرایط دیگر، باعث مشکلات شنوایی می‌شوند، از جمله تومورهای خوش‌خیم گوش، گوش‌هایی که شکل متفاوتی نسبت به حالت عادی دارند، ضربه به سر، ویروس‌ها و آلرژی‌ها. افزایش سن و قرار گرفتن در معرض صدای بلند نیز می‌تواند باعث این مشکلات شود.

چه کسانی در معرض خطر ابتلا به مشکلات شنوایی ناشی از سرطان و درمان سرطان هستند؟

برخی از افراد، در مقایسه با دیگران، در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به مشکلات شنوایی ناشی از درمان سرطان هستند. این عوامل، ممکن است شما را در معرض خطر بیشتری برای ایجاد مشکلات شنوایی پس از سرطان یا درمان سرطان قرار دهند:

سن. کودکان کمتر از ۴ سالگی که تحت درمان‌هایی که می‌تواند باعث آسیب گوش شود، قرار می‌گیرند، بیشتر در معرض مشکلات شنوایی هستند. افراد مسن نیز بیشتر در معرض مشکلات شنوایی ناشی از درمان سرطان هستند. زیرا احتمال دارد قبل از درمان سرطان، مشکلات شنوایی موجود باشد یا خطر بالای مشکلات شنوایی داشته باشند.

نوع درمان سرطانی که دریافت می‌کنید. افرادی که درمان‌های زیر را برای سرطان، دریافت می‌کنند، در معرض خطر بالای ابتلا به مشکلات شنوایی هستند:

- دوزهای بالای داروهای شیمی‌درمانی سیس پلاتین یا کربوپلاتین
- دوزهای بالای تابش به گوش، مغز، بینی، سینوس‌ها، گلو یا ناحیه پشت استخوان گونه
- ترکیبی از درمان‌هایی که ممکن است باعث آسیب گوش شود، مانند سیس پلاتین و پرتودرمانی به مغز
- تومور، جراحی یا عفونت مغز، گوش یا عصب شنوایی (شنوایی).

افرادی که دارای شرایط مشترک هستند. بیماری هم‌زمان (هم‌آیند)، به هر بیماری پزشکی گفته می‌شود که علاوه بر سرطان، به آن مبتلا هستید. برخی از این شرایط می‌توانند شما را در معرض خطر بیشتری برای ایجاد عوارض جانبی خاص مانند کاهش شنوایی یا وزوز گوش قرار دهند. همچنین اگر در گذشته مشکلات شنوایی داشته اید، احتمال ابتلا به مشکلات شنوایی بیشتری نیز وجود دارد.

دانستن اینکه شما در معرض خطر بالاتری برای ابتلا به مشکلات شنوایی هستید، می‌تواند به تیم مراقبت‌های درمانی برای نظارت بر شنوایی شما کمک کند. در مورد عوامل موثر بر میزان خطر شخصی خود برای ابتلا به مشکلات شنوایی در طول سرطان، با پزشک صحبت کنید.

علائم مشکلات شنوایی چیست؟

ممکن است برخی از این علائم را داشته باشید:

- احساس سبکی سر
- حالت تهوع یا استفراغ
- سرگیجه، که احساس چرخش یا عدم تعادل است
- شنیدن صداهایی داخل گوش، گاهی یا همیشه
- توجه کنید صدای افراد، متفاوت یا ساکت‌تر از حالت عادی است
- مشکل شنوایی به دلیل نویز پس زمینه
- ناتوانی در شنیدن صدای افراد در تلفن
- نیاز به افزایش بسیار زیاد صدای تلویزیون، رادیو یا دستگاه‌های دی‌گر
- اجتناب از افراد و فعالیت‌ها به دلیل مشکلات شنوایی

اگر هر یک از این علائم را دارید، با تیم مراقبت‌های درمانی خود صحبت کنید. همچنین، هرگونه تغییر در علائم خود را به‌طور مرتب یا در صورت بروز مشکل جدید، به آنها اطلاع دهید. اگر علت، درمان سرطان باشد، پزشک ممکن است بتواند درمان شما را تغییر دهد یا درمانی با شدت کمتر انجام دهد. آنها، همچنین، می‌توانند در مورد راه‌های دیگر کمک به شما صحبت کنند.

مشکلات شنوایی چگونه تشخیص داده می‌شود؟

تیم مراقبت درمانی ممکن است آزمایشاتی را برای یافتن علت مشکلات شنوایی در طول درمان سرطان انجام دهد. این مسیر، ممکن است شامل مراجعه به یک متخصص، مانند یک متخصص گوش باشد. متخصص گوش، پزشک متخصص در مشکلات گوش است. همچنین ممکن است به یک شنوایی‌شناس (ادیولوژیست) مراجعه کنید. شنوایی‌شناس، متخصص مراقبت‌های درمانی است که سنجش‌هایی را برای مشکلات شنوایی انجام می‌دهد.

ممکن است یکی یا تعدادی از آزمایش‌های زیر را داشته باشید:

- **معاینه‌ی جسمی.** پزشک، مشکلاتی مانند انسداد یا عفونت را در گوش شما بررسی خواهد کرد. آنها همچنین ممکن است اعصاب شما را آزمایش کنند، زیرا شنوایی بخشی از سیستم عصبی شما است. این معاینه ممکن است شامل نگاه کردن به چشمان شما، آزمایش قدرت و رفلکس‌ها و بررسی تعادل باشد.
- **شنوایی نگاری (ادیوگرام).** شنوایی‌شناس از شما می‌خواهد که به صداهای مختلف گوش داده و به آنها پاسخ دهید. این آزمایش، به پزشک کمک می‌کند میزان کاهش شنوایی شما را بسنجد و بررسی کند شنیدن کدام صداها برای شما دشوار است.
- **پاسخ برانگیخته شنوایی ساقه مغز.** اگر نتوانید دستورالعمل‌های شنوایی نگاری را دنبال کنید، ممکن است این آزمایش را انجام دهید. نحوه واکنش مغز، به صداهای خاص را اندازه‌گیری می‌کند.
- **تست‌های تصویربرداری.** ممکن است یک اسکن (CT) **توموگرافی کامپیوتری** یا **(MRI) تصویربرداری تشدید مغناطیسی** داشته باشید. این آزمایش‌ها تصاویری از داخل بدن ایجاد می‌کنند.

مشکلات شنوایی چگونه پیشگیری، درمان و مدیریت می‌شوند؟

برای کودکانی که سپس پلاتین دریافت می‌کنند، سازمان غذا و داروی ایالات متحده (FDA)، تیوسولفات سدیم (پدمارک) را برای کاهش کم‌شنوایی مرتبط با شیمی‌درمانی، تأیید کرده است. این دارو برای کودکان یک‌ماهه و بزرگ‌تر که دارای تومور توپر و گسترش نیافته‌اند، تأیید شده است.

برای افرادی که در حال حاضر علائم کم‌شنوایی را تجربه می‌کنند، ممکن است چیزی شنوایی را مسدود کرده باشد. قطره گوش، خارج کردن جرم گوش یا جراحی ممکن است کمک کند. این درمان‌ها همچنین ممکن است به وزوز گوش کمک کند. اما تاکنون هیچ درمانی به‌طور خاص برای وزوز گوش یافت نشده است.

کم‌شنوایی مرتبط با عصب، اغلب دائمی است. اما راه‌هایی برای مدیریت مؤثر مشکلات شنوایی در حین و بعد از درمان سرطان وجود دارد. برای کسب اطلاعات بیشتر حتماً با تیم مراقبت‌های درمانی خود صحبت کنید.

نکاتی برای مدیریت مشکلات شنوایی

موارد زیر می‌تواند به شما در مدیریت مشکلات شنوایی کمک کند:

- از تیم مراقبت‌های درمانی خود بپرسید آیا باید از الکل، محصولات تنباکو و کافئین خودداری کنید، زیرا می‌توانند وزوز گوش را بدتر کنند.
- مقدار زیادی آب و مایعات دیگر بنوشید. کم‌آبی بدن، همچنین، می‌تواند وزوز گوش را بدتر کند.
- از دوستان، اعضای خانواده و همکاران بخواهید که واضح و بدون فریاد صحبت کنند. فریادزدن یا صدای بلند، می‌تواند شنوایی را سخت‌تر کند و به گوش آسیب بیشتری برساند.

- تکنیک‌های تمدد اعصاب را تمرین کنید و بیشتر بخوابید. استرس یا خستگی می‌تواند وزوز گوش را بدتر کند.
- فشارخون خود را کنترل کنید. فشارخون بالا می‌تواند باعث مشکلات شنوایی شود.
- اگر این مشکلات را دارید از پزشک خود در مورد داروهای تهوع یا سرگیجه سؤال کنید.
- از گوش‌های خود در برابر صداهای بلند محافظت کنید. صدای بلند می‌تواند مشکلات شنوایی ناشی از شیمی‌درمانی یا سایر داروها را بدتر کند.

دستگاه‌هایی برای کمک به مشکلات شنوایی

پزشک ممکن است استفاده از یکی از وسایل زیر را پیشنهاد کند:

سمعک. این دستگاه‌های کوچک، صداها را بلندتر می‌کنند. آنها را در گوش یا پشت‌گوش می‌گذارید. آنها، همچنین، می‌توانند هنگامی که سطح صدای پس‌زمینه را با استفاده از دستگاه افزایش می‌دهید، به کاهش وزوز گوش کمک کنند.

مولدهای صدا این دستگاه‌ها صداهایی ایجاد می‌کنند که صدای وزوز گوش را می‌پوشاند، بنابراین کمتر شما را آزار می‌دهد. می‌توانید یکی از سمعک‌ها را تهیه کنید.

دستگاه‌هایی برای خانه یا محل کار. این دستگاه‌ها صداهای وزوز گوش را نیز پوشش می‌دهند، اما شما به‌جای گوش، آنها را در نزدیکی خود قرار می‌دهید. به‌عنوان مثال می‌توان به ماشین‌ها و برنامه‌های «نویز سفید» (white noise) اشاره کرد که موسیقی یا صداهای طبیعت را پخش می‌کنند.

هدایت‌گران شنوایی. این وسیله‌ای است که شما در اتاقی که یک نفر در آن صحبت می‌کند، مانند کلاس درس استفاده می‌کنید. بلندگو یک میکروفون می‌پوشد و شما یک دستگاه کوچک می‌پوشید که شنیدن صدای آنها را آسان‌تر می‌کند.

کاشت حلزون (گوش داخلی). پزشک، وسیله‌ای الکترونیکی در گوش داخلی شما قرار می‌دهد. این وسیله، مانند گوش طبیعی عمل می‌کند تا به افرادی که کم‌شنوایی شدید دارند، کمک کند دوباره بشنوند.

مراقب مشکلات شنوایی پس از درمان باشید

اگر درمان سرطان، خطر ابتلا به مشکلات شنوایی را افزایش می‌دهد، حداقل یک‌بار پس از پایان درمان شنوایی، خود را بسنجید. تیم مراقبت‌های درمانی، ممکن است آزمایش‌های بیشتری را توصیه کند. اینکه چند وقت یک‌بار به سنجش نیاز دارید، بستگی به نوع درمان سرطانی دارد که دریافت کرده‌اید.

سؤالاتی که می‌توانید از تیم مراقبت‌های سلامتی بپرسید:

این سؤالات را در مورد مشکلات شنوایی از تیم مراقبت‌های سلامتی خود بپرسید:

- آیا من در معرض افزایش خطر ابتلا به مشکلات شنوایی هستم؟
- آیا مشکلات شنوایی یک عارضه جانبی شایع، ناشی از سرطان من است یا درمانی که دریافت خواهم کرد؟
- آیا برای تشخیص مشکلات شنوایی، به آزمایشاتی نیاز دارم؟

- چه گزینه‌های درمانی برای مشکل شنوایی من وجود دارد؟
- چه چیزی باعث مشکل شنوایی من می‌شود؟
- در مورد مشکلات شنوایی یا سایر عوارض جانبی که تجربه می‌کنم، با چه کسی صحبت کنم؟ چقدر زود؟
- چگونه می‌توانم در ساعات اداری و ساعات غیراداری با آنها در تماس باشم؟

منابع مرتبط

عوارض جانبی طولانی‌مدت درمان سرطان

اثرات دیررس سرطان دوران کودکی

عوارض سیستم عصبی