

## 耳朵吱吱叫 萬籟皆有聲

文：耳鼻喉科宋秉珏醫師

許多人在夜深人靜時，單耳或是雙耳會聽到吱吱叫的聲音，這就是『耳鳴』，古人稱爲『天籟』，許多人會因爲這聲音而感到擔心、害怕、恐懼，甚至睡不著覺，時間久了進而失眠，耳鳴有這麼恐怖嗎？

當然不是，如同古人說的天籟一般，這上天給的耳鳴，其實大多數是由於聽神經退化以後，聽神經容易放電，訊號傳至大腦聽覺皮質而解讀成聲音所導致的，譬如說年紀逐漸增長，聽力愈來愈差，就是聽神經逐漸退化，聽神經易放電，增強的訊號傳至大腦就會聽到有個聲音一直在耳邊響不停，耳鳴大多數就是這個意思，所以大家先不用過度擔心耳鳴。但是，哪些情況耳鳴就一定要就醫呢？

首先，當耳鳴已經影響到睡眠，失眠會使得聽神經更容易放電，耳鳴就會變得更大聲，接著因耳鳴變大聲就更不容易入睡，這會成爲一種惡性循環，應該提早就醫。

外耳道及中耳腔的發炎病症、鼻咽腫瘤及聽神經腦幹腫瘤都會引起耳鳴的症狀，當耳鳴愈來愈大聲、耳鳴聲音頻率改變及單側耳鳴，就建議至醫院接受相關聽力及耳鳴的檢查，此外，除了耳鳴之外還有其他症狀，如眩暈、頭暈、耳漏、耳痛或聽力愈來愈差時，必須至醫院接受詳細耳部的評估檢查及聽力檢查。總體而言，耳鳴患者建議三至六個月至醫院追蹤檢查，並適時調整治療方式。

前面提到，大多數耳鳴是由於聽力退化所產生的一種『天籟』，若是戴上助聽器，因爲聽力變好變清晰了，相對就較不會注意到耳鳴的存在，如同老花眼要帶眼鏡，聽力變差影響到生活起居就需要戴助聽器。助聽器也是治療耳鳴方式的選擇之一。