



RONZII AURICOLARI

Con il termine di **acufene** si definisce la percezione di un suono, sotto forma di un fischio, un sibilo, un fruscio o un **ronzio**, in assenza di uno stimolo acustico o sorgente sonora esterna. L'acufene può interessare un solo orecchio, entrambi o in alcuni casi può essere localizzato al centro della testa. L'incidenza è pari a circa il 10% della popolazione ed aumenta nei soggetti anziani, specie in caso di ipertensione, diabete, dislipidemia ed esposizione protratta al rumore. Nella maggior parte dei casi gli acufeni si manifestano associati a patologie dell'orecchio (in particolare l'ipoacusia o sordità neurosensoriale, con danno irreversibile localizzato alla coclea o al nervo acustico) ma è possibile riscontrarli anche in assenza di malattie auricolari conclamate. L'aspetto più importante dal punto di vista clinico è la capacità di sopportazione dell'acufene da parte del paziente. Alcune volte infatti l'acufene può determinare ripercussioni sulla qualità di vita che si manifestano con disturbi del sonno, ansia, nervosismo, difficoltà di concentrazione, stress, fino a disturbi depressivi o d'ansia. Nel caso di comparsa di un acufene è necessario che il paziente si sottoponga a una visita specialistica otorinolaringoiatrica con effettuazione di un esame audiometrico e impedenzometrico per valutare la funzionalità dell'apparato uditivo e stabilire il miglior protocollo diagnostico-terapeutico successivo.

Non vi è una terapia specifica per gli acufeni e l'approccio terapeutico può essere di tipo farmacologico (farmaci vasoattivi e neurotrofici), strumentale (mascheramento con apparecchi acustici) e psicoterapeutico.

Tra i vari trattamenti strumentali descritti quello che si è dimostrato più valido da un punto di vista scientifico è la *Tinnitus Retraining Therapy* (TRT) o terapia di rieducazione all'acufene. Questa procedura associa l'utilizzo di un generatore di rumore (*sound therapy*) a una terapia riabilitativa allo scopo di rimuovere le reazioni emozionali e la percezione dell'acufene stesso. Tra i molti integratori alimentari proposti per la terapia degli acufeni si consigliano quelli che contengono in particolare vitamine B, acido alfa-lipoico, acetil-carnitina, zinco, magnesio e ginkgo biloba (estratto naturale di una pianta con proprietà vasoattive).

Un miglioramento o la risoluzione spontanea o dopo trattamento è descritta nel 50% dei casi circa e fattori prognostici favorevoli sono la giovane età e la breve durata del sintomo. In termini di prevenzione è bene evitare esposizione a rumori troppo forti che possano danneggiare l'udito e utilizzare i dispositivi di protezione sul lavoro, se si è esposti a forti rumori.