

Tinnitus, rollfördelning

Syfte

Syftet med detta dokument är att klargöra hur och av vilken vårdgivare det finns möjlighet att få insats av vid tinnitusbesvär.

Bakgrund

De flesta personer som har tinnitus behöver inte hjälp från vården. Andra blir hjälpta av en läkarundersökning och information från primärvården men det finns också de som behöver fler åtgärder och behöver gå vidare till specialistvård.

Vid hörselnedsättning är tinnitus mycket vanligt. En patient med hörapparatkrävande hörselnedsättning, som har symmetrisk hörsel och symmetrisk tinnitus, behöver sällan utredas ytterligare. Hörapparater brukar i dessa fall minska tinnitusbesvären. Utprovning av hörapparat är därför oftast förstahandsbehandling av tinnitus i denna patientgrupp. Först efter att hörapparater utprovats kan det tas ställning till eventuella ytterligare åtgärder vad gäller tinnitus.

Audionommottagning inom grundläggande hörselrehabilitering

De flesta tinnituspatienter med hörselnedsättning kommer alltså att få hjälp med sin hörsel och tinnitus på en audionommottagning och mer behövs inte. Om besvären med tinnitus därefter fortfarande kvarstår kan ytterligare utredning behövas. Vid fundering kring ytterligare utredning bör patienten i första hand hänvisas till sin husläkare eller öronläkare som vid behov remitterar till Hörsel- och balansmottagningen på Akademiska sjukhuset. Vid utredning av ensidig tinnitus var god följ PM för ensidiga auditiva symtom.

Hörsel- och balansmottagningen, Akademiska sjukhuset

Vid Hörsel- och balansmottagningen ges kognitiv beteendeterapi (KBT) vid tinnitus. Mottagningen tar emot personer över 16 år från hela landet som är besvärade av tinnitus och/eller ljudkänslighet (hyperakusis). KBT-behandlingen kan vara aktuell för personer som upplever att tinnitus är störande i deras liv och medför konsekvenser som exempelvis svårigheter med koncentration, sömn, att koppla av eller att kunna befinna sig i tysta miljöer. Tinnitus kan även på andra sätt ge inskränkningar i vardagen och dessutom påverka humöret. Syftet med KBT-behandlingen är att bli mindre besvärad av tinnitus genom att

minska de konsekvenser som tinnitus medför och få ett förändrat förhållningssätt till tinnitus.

Vid hyperakusis upplevs obehag för vardagsljud som exempelvis av porslin, ventilation/fläkt och hushållsapparater. Ljudkänslighet kan bidra till att personen blir mer begränsad i sin vardag och får svårigheter att vistas i vissa miljöer. Syftet med KBT-behandling vid ljudkänslighet är att lära sig minska/hantera obehaget för vardagsljud.

Hörcentralen

På Hörcentralen ges rehabilitering till patienter med besvärande tinnitus oavsett grad av hörselnedsättning. Patienter kan få rehabiliterande insatser från Hörcentralen gällande tinnitusbesvär om tinnitusbesvären orsakar stora svårigheter med sömn och/eller koncentration eller är ständigt närvarande. Hörcentralen kan erbjuda dessa patienter rehabiliterande insatser från audionom, hörselpedagog, kurator och psykolog. Detta kan inkludera anpassning av hörhjälpmedel, stödjande samtal, stöd i kontakten med myndigheter och arbetsgivare, psykologisk behandling, tillgång till Hörcentralens grupp- och kursutbud.

Kontinuerligt samarbete sker mellan Hörcentralen och Hörsel- och balansmottagningen.