

耳鳴的中醫治療

祝璿
女醫師

中醫科

中國醫藥大學附設醫院中醫婦科/ 惠和醫院中醫科 祝璿醫師

案例一

40餘歲女性，平常雙耳長時間高頻耳鳴，耳鳴原因不知，經耳部與頭皮針灸配合理氣活血化瘀的藥物數週後覺耳鳴音量變小，持續時間縮短，意外發現對於周遭聲音聽得更加清楚。

案例二

68歲男性，長時間雙耳低頻耳鳴如雷聲，未經檢查，嘗試耳部與頭皮針灸數週後耳鳴發作時間縮短，音量變小聲，覺得自己容易煩躁的情緒也跟著穩定下來。

耳鳴是指患者在沒有外界刺激的狀況下，自覺聽到聲音的狀況。這聲音可以如蟬鳴，如雷轟，如鐘聲，如溪水，如拍翅，各樣的聲音型態都有過。目前耳鳴的發生率大約在10-15%，每7-10人中就有一人受其困擾。

耳鳴的產生有許多的可能性，從外耳道到聽神經，只要是聽覺傳導路徑上的任何一個位置發生問題，都有可能造成耳鳴。

常見的發生原因，與耳朵相關的如外耳道的耳垢阻塞與發炎，中耳的鼓膜穿孔、中耳炎、耳硬化症，內耳的梅尼爾氏症、藥物性損傷、噪音性損傷，聽神經的腫瘤，耳咽管障礙，或是整體的退化；非耳朵相關的疾病則包含像肌肉抽搐，血管異常，腦幹血管硬化，顱內壓過高，腦中風，情緒疾病等等。耳鳴可以單獨存在，但也常合併聽力障礙的表現。



按照發作的時間長短，三個月以內稱為急性耳鳴，超過三個月以上稱為慢性耳鳴，一般來說，發作時間越長，所需的治療時間也較長。

在中醫治療前或治療的過程中，我們建議患者能配合現代醫學的檢查，仔細評估發生耳鳴的背後原因，掌握根本的問題。從中醫的角度來看耳鳴，要辨虛實、辨臟腑，發病新久、聲音型態、全身合併症狀、舌象脈象等都是觀察的指標。治療上則是根據標本病機，透過中藥與針灸，調補氣血陰陽之虧虛，清瀉風火痰瘀之阻滯，隨著病情的不同，治療時間可長可短。

在治療之外，建議耳鳴的患者應盡量維持良好的生活作息，健康的飲食習慣，適當的休閒運動，避免環境過度吵雜與過分的安靜，透過舒適的音樂或白噪音轉移耳鳴的干擾，避免耳毒性的藥物或菸、酒的刺激，若有需要，亦可透過聽覺輔具獲得聽力的幫助。

參考資料

- 1.耳鳴 林經偉 人醫心傳—慈濟醫療人文月刊, (108), 2012
- 2.老年性耳鳴的中醫治療病案 盧昱竹1 林經偉1,2* 中醫藥研究論叢第21卷第1期 229-238, 2018
- 3.中醫治療耳鳴之病例報告 沈蘊之1、吳建東2,3 北台灣中醫醫學雜誌 8(1): 57-67, 2016
- 4.中醫治療更年期頭痛併發腦鳴病例報告 謝瓊慧 臺灣中醫臨床醫學雜誌, 13(4), 2007
- 5.Tunkel DE, Bauer CA, Sun GH, Rosenfeld RM, Chandrasekhar SS, Cunningham ER Jr, Archer SM, Blakley BW, Carter JM, Granieri EC, Henry JA, Hollingsworth D, Khan FA, Mitchell S, Monfared A, Newman CW, Omole FS, Phillips CD, Robinson SK, Taw MB, Tyler RS, Waguespack R, Whamond EJ. Clinical practice guideline: tinnitus. Otolaryngol Head Neck Surg. 2014 Oct;151(2 Suppl):S1-S40.
- 6.Fenye Liu, Xiuli Han, Yunfeng Li, Shudong Yu. Acupuncture in the treatment of tinnitus: a systematic review and meta-analysis. Eur Arch Otorhinolaryngol (2016) 273:285-294