

Behandling av tinnitus med Tinnitus Retraining Therapy (TRT). Camilla Lindstrand & Irene Zecevic 2003

Sammanfattning

Tinnitus är ett symptom i form av upplevelse av ljud i frånvaro av yttre stimulering. Epidemiologiska undersökningar visar att tinnitus är ett mycket vanligt fenomen och ett stort problem för många personer. Det finns många hypoteser angående bakomliggande tinnitus-Mekanismer som är grund till olika behandlingsalternativ. En av dess behandlingar är Tinnitus Retraining Therapy (TRT) som är baserad på Jastreboffs neurofysiologiska modell (Jastreboff, P. J. 1990, Phantom auditory perception (tinnitus): mechanisms of generation and perception. *Neurosci Res* 8: 221-524). Under denna behandling uppstår omträning av hörsel-systemet för att kunna handskas med tinnitus som något helt naturligt och inte som ett hot eller varningssignal. Denna behandling består av två lika viktiga delar: *rådgivning* (information och kunskaper om tinnitus och/eller hyperakusis) och *ljudstimulering* (brusgenerator och/eller kombiapparat). Det primära syftet med denna studie var att i en strukturerad form se om det finns någon skillnad mellan personer som har fått en fullständig TRT behandling (grupp 1; både rådgivning och ljudstimulering) och personer som fått en `modifierad` TRT behandling (grupp2 – kontrollgrupp som bara har fått ljudstimulering). Resultaten visar att den fullständiga TRT behandlingen, med både rådgivning och ljudstimulering ger bättre effekt på deltagarnas besvärsupplevelse av tinnitus och/eller hyperakusis samt på subjektiva hörselproblem.

Abstract

Tinnitus is a symptom in the form of a sound sensation in the absence of external stimulation. Epidemiographic research has found that tinnitus is a very common phenomena and a considerable problem for many individuals. There are many hypotheses surrounding the mechanisms of tinnitus which are the foundation for different means of treatment. One of these treatments is the Tinnitus Retraining Therapy also known as TRT, which is based on the neurophysiologic model of P.J (Jastreboff, P.J. 1990, Phantom auditory perception (tinnitus): mechanisms of generation and perception. *Neurosci Res* 8: 221-524). During this therapy a relearning of the hearing is taking place to make the individual able to percept the tinnitus as if it was natural and not as something intimidating or a warning. This therapy consist of two mayor pats: the first one is counselling (information and knowledge about tinnitus and/or hyperacusis). The second is sound stimulation (noise generators and/or a combines hearing/noise device). The primary goal for this study was to, on a structural basis investigate if there are any differences in therapy progress between individuals that have undertaken full TRT therapy (group 1: counselling and noise stimulation), and individuals that only received a part of the TRT therapy (group 2: noise stimulation). The results show that the complete TRT therapy, with councelling and noise stimulation, produces better results concerning the trouble experience of tinnitus and/or hyperacusis as well as the subjective hearing.