الفصل الثالث

الطَّنين

Tinnitus

هو سماع أصواتٍ لا وجود لها في الواقع ، وإنَّما تحدث نتيجة خلل في الجهاز السمعي (سواء العظمي أم العصبي اللمفي) ، وقد يكون على شكل طنين الطائرات أو خرير المياه أو حفيف الأشجار ، أو صفير ، أو وشيش غير مميز .

وأما أسباب الطنين فكثيرة ، أهمها **تقدم العمر** فكثير من الذين يتجاوزون سن ٦٥ـ ٧٠سنة ينقص سمعهم بالنسبة للأصوات الحادة ويسمعون شكلاً أو أكثر من أشكال الطنين .

وارتفاع **الضغط الشرياني** الذي يسبب اختلال توازن اللمف الداخلي وتصلب الأوعية الباطنة التي تغذي الأذن . ويشفى هذا النوع عند ضبط الضغط وفق المقدار الطبيعي .

والالتهابات الخمجية والمناعية في الأذن الباطنة .

وكثيراً ما يكون الطنين بسبب سدادة صملاخية تسد مجرى الأذن الخارجي (ويشفى هذا الطنين بمجرد إخراج المادة الشمعية الصملاخية) .

وهناك أسباب دوائية أهمها استعمال **الكينين** Quinine الذي يستعمل بشكل واسع لمعالجة تشنجات الساق الليلية ، **والكينيدين** Quinidine الذي يستعمل

لضبط نظم القلب ، **والأسبرين والأدوية المضادة للالتهاب غير الستيروئيدية** (كالإيبوبروفين Ibuprofin)

ويزول الطنين في هذه الحالات عند توقيف الدواء أو تخفيف جرعته .

و الطنين عرض من أعراض داء منيير في الفصل السابق ، وفي مثل هذه الحالات يجب تحديد الملح ، وإعطاء المدرات لإنقاص حمل اللمف الداخلي للأذن .

وهناك حالات قليلة تعزى **للإصابات الوعائية وأورام الدماغ** ، ويكشفها عادة الاختصاصي ، وهي قليلة جداً .

المعالجة الدوائية :

هناك أدوية لم تثبت لها فائدة ذات قيمة كالفيتامين A, C, B12 وحمض النيكوتين ، ومضادات الهستامين ، ومضادات الاحتقان ، والمهدئات .

ولقد تبين **لعنصر الزنك** أثر كبير في علاج هذه الحالة خاصة عندما يثبت نقصه في الجسم (ويمكن التأكد من ذلك بعياره في الدم) ، وعندئذ يجب إعطاؤه كمعالجة تكميلية عن طريق الأدوية ، والأفضل أنْ يدخل الجسم عن طريق الأغذية الغنية به .

إنَّ أغنى مصادر الزنك غذائياً هي **محارات الأوسترز** ، وهو يحسن الحالة السمعية والجنسية ، (انظر الجدول ٢١ الذي يبين الأغذية الغنية بالزنك) ، ومن الأغذية الأخرى :

اللحوم والحليب ومشتقاته .

الحاجة اليومية للزنك عند **الكهول فوق سن الخمسين ١٥ملغ يومياً ، و١٢ملغ للنساء** . ولكن لا يجوز تجاوز هذا المقدار اليومي إلاَّ إذا ثبت نقص الزنك مخبرياً . فالكميات الكبيرة منه (١٠ـ ٣٠مثلاً أعلى من الحاجة اليومية ولمدة أسابيع أو أشهر) تسبب فقر الدم الشديد ونقص تعداد الكريات البيضاء ونقص المناعة .