

Barns upplevelser av tinnitus - är de annorlunda än vuxnas?

Ganska lite är känt om tinnitus hos barn och ungdomar. Senare års beskrivningar av tänkbara orsaker till tinnitus har givit anledning att söka mer kunskap om denna form av ohälsa hos barn.

Tinnitus, en ljudupplevelse utan någon yttre ljudkälla, har traditionellt diskuterats som ett hälsoproblem hos vuxna. Emellertid har även ungdomars tinnitus kommit att uppmärksammas och då främst i samband med den ljudmiljö de vistas i. Det visar sig dock att ganska lite är känt om tinnitus hos barn och ungdomar. Senare års beskrivningar av tänkbara orsaker till tinnitus har givit anledning att söka mer kunskap om denna form av ohälsa hos barn.

Tinnitus eller DAMP?

Mitt intresse för att göra en studie om förekomsten av tinnitus hos barn och ungdomar startade genom att min son hade tinnitus vid fem års ålder. Detta upptäcktes tack vare att personalen på daghemmet noterade ett avvikande beteende hos honom. Han drog sig ofta undan då det var många barn i gruppen för att själv snurra runt på golvet och ljuda. Personalen rekommenderade oss att göra en DAMP-utredning.

Innan vi tog oss an en utredning kom jag på idén att intervjua sonen. Han berättade att han inte tyckte om att vara i större grupper för han hörde inte vad dom andra pratade om, alla ljud blev konstiga. På kvällen lekte vi "tysta leken". Då jag frågade honom om han hörde att det var alldeles tyst, berättade han att han hade ju sitt ljud i huvudet som han beskrev genom att härma ljudet. Det lät som ett svischande pulserande ljud och ett pip, kom vi

fram till.

Min tandläkarkollega Assar Björne undersökte sonen. Det visade sig att han hade en störning i sin sammanbitning och ett ganska högt muskulärt spänningstillstånd i ansikte, käkar och nacke. Bettfelet bestod i bristande stabilitet mellan 6-års-tänderna på vänster sida.

Bettet slipades in. Vi tränade på avslappning och informerade personalen på daghemmet som hjälpte till att knyta an kontakterna till kamraterna på daghemmet.

Lite senare frågade vi om hans ljud fanns kvar och fick svaret att det fanns där ibland. Han kunde själv berätta när han hade tinnitus och då gav vi massage och tränade avslappning, vilket gav positivt resultat. Nu är han 14 år och har inte upplevt tinnitus på många år. Han har ett väl fungerande liv och goda studieresultat.

Förekomst av tinnitus

Tinnitus är ett väldokumenterat och vanligt förekommande symtom i västvärlden. Mer än 35 miljoner amerikaner rapporterar tinnitus där 2-3 miljoner anger tinnitus vara på en handikappande nivå. I Sverige uppskattas att var tionde person har tinnitus och ca 3 procent av befolkningen antas ha besvärande tinnitus.

Få studier har gjorts för att inventera förekomst hos barn. Svårigheten ligger i att barn sällan rapporterar tinnitus om de inte särskilt blir tillfråga-

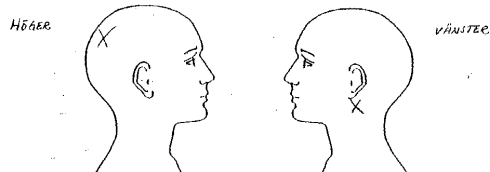
Nej

Hur många år är du? 8 år
Är du en pojke eller flicka? Flicka

Vill du vara snäll och svara ja eller nej på några frågor?

Hur du astma? Ja Nej
Är du allergisk? Ja Nej Om ja, mot vad.....
Vet du hur det känns att ha ont? Ja Nej
Har du ofta ont i magen? Ja Nej
Har du ofta ont i huvudet? Ja Nej

Om du har ont i huvudet eller ansiktet, vill du rita in på figuren här var det känns



Sätt en pil på någon av figurerna här och visa hur mycket det känns



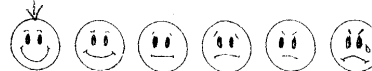
Gör det ont om du gapar stort? Ja Nej

Känner du ibland att du är yr? Ja Nej

Kan du höra ljud fast det är tyst? Ja Nej

Om du svarade ja, hur hörs det ljuden. det brukar pipa i huvudet

Vill du visa med en pil vilken av figurerna som passar för hur du känner dig?



Figur 1 visar ifyllt frågeformulär av flicka 8 år.

de. Barn som tidigt erfar tinnitus tror förmodligen att det är normalt. Svårigheten ligger även i att barn vid intervju gärna vill tillfredsställa intervjuaren varför resultatet ibland kan överskattas. Tinnitus kan inte alltid förklaras vara orsakad av defekt hörsel eftersom det är vanligt att både barn och vuxna med normal hörsel anger tinnitus. I en nyligen publice-

rad svensk studie, undersöktes förekomst av tinnitus hos barn i 7 års ålder i samband med hörselundersökning. Barnen var 964 till antalet. 120 rapporterade tinnitus. Endast 12 av dessa hade hörselnedsättning. Fyra barn rapporterade tinnitus efter ljudexponering och endast tre av dem hade hörselnedsättning. Av de 964 var det 828 barn med normal hörsel och

108 av dem rapporterade tinnitus. I en översiktsartikel av Baguley och McFerran presenteras ytterligare tre rapporter om tinnitus hos normalt hörande barn. Det finns därför anledning att tro att det är samma mekanismer som utlöser tinnitus hos barn som hos vuxna.

Orsakerna till tinnitus har delats in i tre huvudgrupper: hörselrelaterad-somatiskt relaterad- samt ångest-/depressionsrelaterad tinnitus. Även kombinationer förekommer. Det har dock inte gjorts några studier för att fastställa fördelningen mellan dessa grupper. En färsk översikt över neurologiska samband mellan bettstörningar, muskelspänning och tinnitus ges av Hedbrandt (Ref. fr. förf.).

Upplevelsen av tinnitus

Vid Oregon Hearing Research Center har man fört statistik över de vanligast beskrivna tinnitusljuden. Undersökningen pågick mellan 1981-1994 och innefattade 1625 patienter. Vanligast var ringande, pipande ljud, följt av brusljud, klar ton och ljudet av en högspänningsledning. Oftast förekom ljuden tillsammans med mindre dominanta ljud.

Om barn upplever tinnitus, beskriver de i så fall symtomet på liknade sätt? Syftet med en pilotstudie var att ta reda på om barn upplever subjektiv tinnitus och om de i så fall beskriver sina ljud på liknande sätt som vuxna. Dessutom var det av intresse att ta reda på om deras tinnitus var manipulerbar, vilket i så fall pekar på att deras tinnitus kan ha somatosensoriska samband.

Undersökningen bedrevs på två skolor, en mindre landsortsskola med 161 elever i åldrarna 7-12, och en högstadieskola med 381 elever i åldrarna 13-16. För att barnen inte skulle påverkas av en intervjuare valdes en enkätmetod. Ett förenklat frågeformulär användes för de yngre barnen (fig 1) och ett något mer avancerat för de äldre (fig 2). Dessa fick frågan om

de kunde manipulera sin tinnitus genom käkrörelser (fig 2). En av frågorna löd: kan du höra ljud fast det är tyst? I så fall hur hörs de ljuden? Vi undvek att använda ordet tinnitus ifall någon var medveten om vad ordet innebar och för att inte väcka oro.

Undersökningen gjordes i april månad, under dagens första lektion för att undvika trötthet och ointresse. Frågeformuläret delades ut till samtliga barn under samma lektionstimm, för att de inte skulle informera varandra under någon rast och därmed påverka resultatet.

Enkäten inventerar inte hur belastande symptomen är för den enskilde men samtliga barns föräldrar har blivit informerade om syftet med studien och även fått ett icke ifyllt formulär hemsänt för att man ska kunna diskutera problematiken hemma och även kontakta kliniken för frågor om så önskades.

Av 147 tillfrågade elever i åldrarna 7-12 år svarade 66 (45 %) ja på frågan: kan du höra ljud fast det är tyst. Den vanligaste subjektiva beskrivningen av ljudet var pipljud.

Av 352 tillfrågade elever i åldrarna 13-16 svarade 130 (37 %) ja på frågan: kan du höra ljud fast det är tyst. 5 elever svarade att de hörde ljud endast ibland. Den vanligaste subjektiva beskrivningen var pipljud.

Många vuxna kan påverka sin tinnitus genom olika käkrörelser varför vi frågade eleverna mellan 13 och 16 år om liknande erfarenheter. 151 elever (43 %) kunde antingen påverka sitt befintliga ljud eller framkalla ljud genom att gapa stort, bita ihop hårt, föra underkäken åt vänster, höger eller rakt fram.

Från 1934 har många studier påvisat samband mellan tinnitus och funktionsstörning i tuggapparaten. Denna studie visar på att tinnitus är högst vanligt bland barn och ungdomar och att den vanligaste beskrivningen på ljudet är pipljud samt att ljudet är manipulerbart med käkrörelser även hos denna grupp. Barnen har hela livet framför

sig och bör därför få utvecklas och ta in kunskaper utan att störas av ett ständigt irriterande ljud i huvudet.

Tidigare undersökningar har utförts utan att man har kunnat bemöta responsen med någon typ av åtgärd vilket i sig etiskt kan ifrågasättas. Numera finns det metoder att hjälpa de tinnitusdrabbade och därför känns det motiverat att väcka frågan och se till att även barnens problem tas på allvar. Förekomst av tinnitus hos både vuxna och barn tycks öka och detta i takt med ett allt stressigare samhälle. Trots detta är det glädjande att fokus på tinnitus och dess uppkomst har börjat vidgas från att vara ett hörselskade-fenomen som är obotligt till ett stress- och muskelspänningsproblem som kan vara åtgärdbara. Detta ger hopp till alla de som ställer sin tillit till att olika aktörer ska kunna samarbeta för att få fram så bra åtgärder som möjligt för den drabbade gruppen.

Den senaste forskningen visar på allt tydligare samband mellan stress, muskelspänning och tinnitus snarare än tinnitus orsakad av bullerexponering eller hörselnedsättning. G. Andersson hänvisar i sin bok, till stress-sårbarhets-modellen som en faktor bakom psykologiska orsaker till tinnitus när det gäller studier på vuxna individer.

Stress-sårbarhets-modellen innebär att en mer "sårbar" person löper större risk för att utveckla problem när han/hon ställs inför en stressad livssituation.

Barnombudsmannen har 2003 utfört en enkätundersökning på 400 elever i åldrarna 9-19 år för att identifiera stress hos barnen. Av alla barn angav 26% att de kände sig stressade flera gånger i veckan. Barnen angav till 80% att det berodde på skolan och 20% på hem/fritid. Den största anledningen var brist på lugn och ro i klassen hos de yngre barnen medan de äldre angav prov och läxor som största stressorsak. Av alla barn angav 27% hög ljudnivå som stressande. Om det fanns upplevd stress i samband med kompisar

angav 30% att stressade kompisar gav egen stress.

Med alltför ensidig syn på tinnitus riskerar man att hamna snett. Man mäter bullernivån och varnar för hörselskador i stället för att uppmärksamma stressen och den därmed sammanhängande risken att få tinnitus.

Få studier har gjorts för att inventera förekomst av tinnitus hos barn och hur tinnitus påverkar barnens livskvalité. Tidigare studier har utförts med olika metoder där den vanligaste metoden är intervju med anmärkning att svårigheten med den metoden är att barnen gärna vill tillfredsställa intervjuaren. De frågeformulär som användes i denna studie baseras på frågeformulär använda i vår kliniska verksamhet sedan 17 år tillbaka. Av samtliga barn rapporterade 39% någon form av tinnitus, vilket visar på ett högt antal. Resultatet visar dock inte den upplevda svårighetsgraden. Det är därför viktigt med ett samarbete för att fastställa hur vi på bästa sätt ska kunna inventera förekomst av tinnitus hos barn och hur barnen hälsomässigt påverkas av sitt symptom. I jämförelse med andra studier visar våra siffror på en ökning av problemet. Frågeformuläret är enkelt utformat där det inte finns mycket utrymme för objektet att vara otydlig. Det är möjligt att enkäten bättre fångar upp problemet då det ges utrymme för den tillfrågade att både tänka och känna efter utan att vara pressade på ett svar.

Barn liksom vuxna upplever tinnitus i ungefär samma utsträckning. Även barnen anger att de kan manipulera sin tinnitus. Det finns därför all anledning att tro att mycket av symptomet har somatosensorisk koppling. Riktlinjer om ljudnivåer kan därför riskera att missa målet beträffande tinnitus. Som kompletment bör barnens psykosociala miljö därför beaktas. ■

Anna-Lena Lindblad är utbildad tandsköterska-stresspedagog och arbetar på YTS-enheten, Ystad lasarett

99

Hej!

Hur många år är du? 14 Är du tjej eller kille? kille

Är du allergisk? Nej Ja Om ja, mot vad? Pollen

Hur ofta har du följande besvär?

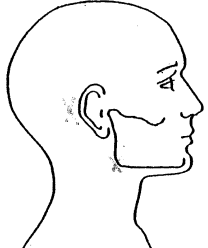
	Aldrig	1-2ggr I mån	1-2ggr i veckan	flera ggr i veckan	dagligen
Huvudvärk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Migrän	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ljudkänslig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Lockkänsla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Yrsel eller ostadighet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kan du höra ljud fast det är tyst? Ja Nej

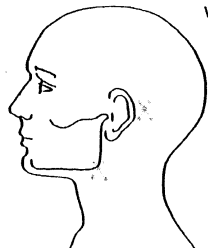
Om ja, hur hörs de ljuden? Surrande och pipigt

Om du har ont i huvudet, käkarna eller ansiktet, vill du rita in på figuren här var det känns?

HÖGER



VÄNSTER



<p>Kan något av detta ge dig yrsel?</p> <p>Titta uppåt <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>Titta snabbt åt sidan <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>Titta nedåt <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>Res sig hastigt <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p>Stå still <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>Visa informationen för målsman!</p>	<p>Kan du påverka, ändra ditt ljud genom att:</p> <p>Bitta hårt ihop <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p>Gapa stort <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>Föra underkäken åt höger <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>Föra underkäken åt vänster <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>Föra underkäken rakt fram <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/></p>
--	--

Figur 2 visar ifyllt frågeformulär av pojke 14 år.

Referenslista

- Ahmad N, Seidman M. Tinnitus in the older adult: epidemiology, pathophysiology and treatment options. *Drugs Aging* 2004; 21(5): 297-305.
- Axelsson A, Ringdahl A. Tinnitus — a study of its prevalence and characteristics. *Br J Audiol* 1989; 24: 53-62.
- Holgers KM. Tinnitus in 7-year-old children. *Eur J Pediatr* 2003; 162(4): 276-8.
- Baguley DM, McFerran DJ. *Arch Dis Child* 2002; 86: 141-143.
- Holgers KM. Tinnitus Vårdprogram. Socialstyrelsen 2000:07.
- Hedbrant J. Somatisk tinnitus — hör vi ljudet av muskelspänningar? *Medikament* 2005 nr1: 64-66.
- Tinnitus Archive: Predominant Sound(s). <http://www.tinnitusarchive.org/dataSets/set-1/tinnitusAttributes/predominantTinnitusSounds> 2007-01-06.
- Andersson G. Tinnitus - orsaker, teorier och behandlingsmöjligheter. Lund: Studentlitteratur 2000.
- Nyberg L. Barn och unga berättar om stress: Resultat från Barnombudsmannens undersökning bland kontaktklasserna, våren 2003. Barnombudsmannen rapporterar BR2004:03. http://www.bo.se//Files/publikationer,%20pdf/BO_om_stress2004.pdf. 2007-01-06.