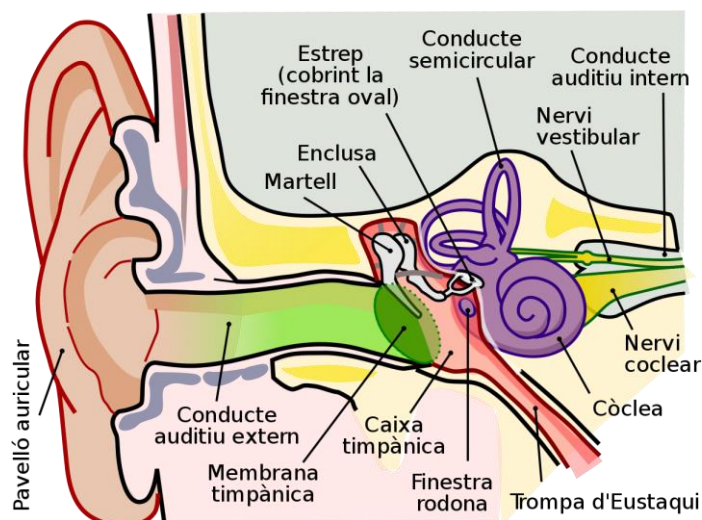


SALUT AUDITIVA



Les orelles són els òrgans de l'audició (sistema auditiu) i de l'equilibri (sistema vestibular).

SISTEMA VESTIBULAR

Es troba dintre de l'orella interna, juntament amb la còclea (tub en espiral, que forma part del sistema auditiu dels mamífers). Dintre de la còclea hi ha l'òrgan de Corti, que és l'òrgan del sentit de l'audició), formant el laberint, que conté els canals semicirculars i els sacs vestibulars.

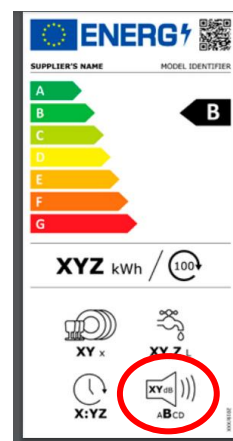
Aquest sistema proporciona informació al cervell dels canvis de moviment i orientació del cap i cos, per poder-nos moure i orientar correctament. Juntament amb la visió i propiocepció el sistema vestibular contribueix al sentit de l'equilibri.

SISTEMA AUDITIU

Els sons arriben al pavelló auricular, i d'aquí es condueixen a través del conducte auditiu fins arribar al timpà, pell molt fina que es mou quan li arriben les ones sonores. Aquestes ones sonores són transmeses fins a la cadena d'ossets, que les transporten fins al cargol, nervi auditiu i cervell.

L'audició es pot veure afectada per factors genètics o per l'envelliment, factors que no es poden evitar. N'hi ha d'altres, com l'excés de soroll, que sí que es poden evitar:

- Mantinent el volum del televisor, ràdio, reproductors de música, baix
- Fent servir taps o auriculars per esmoreir el soroll ambiental al realitzar activitats sorolloses.
- Comprant electrodomèstics amb bona qualificació de soroll
- Evitant fer servir reproductors de música amb un volum superior al 60% del màxim.



S'haurien de fer controls periòdics de l'audició quan:

- Hi hagi factors genètics
- Hi hagi una exposició continuada a un excés de soroll
- Es tinguin 40 anys o més

Higiene de les orelles

El conducte auditiu extern es neteja de forma natural, després de dutxar-se n'hi ha prou en eixugar-lo correctament. No s'han d'introduir bastonets de cotó al conducte auditiu, en cas que es facin servir, només per la part externa de l'orella.

Taps de cera

El cerumen és segregat per unes glàndules que es troben en la part externa del conducte auditiu, i la seva funció és hidratar i protegir les orelles de la pols, altres partícules i bacteris. Aquest cerumen es va desplaçant fins a l'exterior de l'orella i es va desprenent a mesura que es va segregant.

Si n'hi ha una acumulació en el conducte auditiu extern, pot ser que hi hagi una pèrdua d'audició temporal, mal d'orella o sensació de taponament.

Poden haver-hi varies causes que provoquin la formació de taps de cera:

- Un ús incorrecte dels bastonets de cotó, que enlloc de netejar, empenyen el cerumen cap a dins de l'orella.
- Ús freqüent d'audiòfons i taps per a les orelles
- Secreció excessiva de cerumen
- Conducte auditiu estret
- Abundància de pèl a les orelles que fa que el cerumen no es pugui expulsar de manera natural
- L'edat, que fa que el cerumen sigui més dur.

Un tap de cera l'ha de treure el metge o infermer, irrigant aigua per tal d'arrossegar el tap cap a fora.

SÍNDROME DE MÉNIÈRE

Aquest síndrome és un trastorn crònic de l'orella interna, que fa que hi hagi problemes d'equilibri i audició. Sol afectar una orella, i es manifesta en forma de brots. Pot provocar una pèrdua d'audició irreversible.

Les *causes* d'aquest síndrome no es coneixen, s'associa a una acumulació de líquid endolimfàtic en el laberint, que es troba en l'orella interna. En condicions normals, aquest líquid es segrega i reabsorbeix contínuament, per mantenir-se constant. Estimula receptors nerviosos que envien senyals al cervell sobre la posició i moviment del cos.

Quan hi ha un excés d'aquest líquid això provoca interferències en els senyals d'equilibri i d'audició.

Hi ha una sèrie de factors que poden augmentar el risc de patir aquesta malaltia:

- Antecedents familiars
- Al·lèrgies
- Meningitis
- Otitis mitjana o interna
- Alteracions del sistema immunològic
- Traumatismes cranials
- Migranya

Els *síntomes* apareixen sobtadament, i duren unes dues o tres hores. Es sofreix mareig i vertigen molt fort, que fins i tot pot arribar a provocar nàusees i vòmits. També es senten sorolls, hi ha la sensació de pressió i inflamació a l'orella i hipoacúsia (pèrdua d'audició temporal) que es sol recuperar. A la llarga, aquesta pèrdua d'audició s'agreuja i passa a ser irreversible.

Després de sofrir un episodi, la persona es recupera.

Tot i així, la persona pot ser que tingui problemes constants d'equilibri. Es poden fer diverses proves per avaluar la funció de l'orella interna, tant per l'equilibri com per l'audició.

Aquesta malaltia no té cura, el *tractament* va dirigit a controlar els símptomes.

Per controlar la quantitat de líquid endolimfàtic, s'ha de seguir una dieta baixa en sal i evitar el consum de tabac i alcohol. En casos on els canvis d'hàbits i els medicaments no funcionin, pot ser necessari realitzar una cirurgia, que vol reduir la pressió del líquid endolimfàtic o destruir les estructures de l'orella interna:

- *Descompressió del sac endolimfàtic* – és la intervenció menys invasiva
- *Neurectomia vestibular* – es talla el nervi vestibular que connecta els sensors de l'equilibri i del moviment de l'orella interna amb el cervell. Això es fa quan amb la descompressió del sac endolimfàtic no es milloren els símptomes de la malaltia.
- *Labirintectomia* – s'eliminen els conductes semicirculars de l'orella interna, per eliminar les funcions d'equilibri i audició. Aquesta cirurgia només està indicada quan la pèrdua d'audició és molt significativa.