



## Overfølsom for lyder

Hyperakusis er ekstrem følsomhet for hverdagens lyder.

Lidelsen antas å ramme inntil åtte prosent av befolkningen.

En person med hyperakusis føler seg sterkt plaget av lyder andre ikke opplever som plagsomme, og selv svak lyd som papirknitring kan virke uutholdelig.

Lydfølsomheten fører til at man unngår bestemte situasjoner eller isolerer seg. De som er hardest rammet beskytter ørene med hørselsvern, selv i situasjoner der dette ikke er nødvendig.

Man skiller med andre ord klart mellom hyperakusis og følsomhet for støy de fleste av oss finner påtrengende. Hyperakusis skal heller ikke forveksles med den økte lydfølsomheten enkelte opplever ved migreaneanfall.

En pasient med hyperakusis har ofte normal hørsel, men hos enkelte av pasientene er hørselen nedsatt. Selv om tilstanden i sin mest utpregede form er relativt uvanlig, er ekstremt lydfølsomme mennesker ikke sjelden helt eller delvis arbeidsuføre.

Begrepet hyperakusis ble omtalt allerede i 1938, men foreløpig er det forsket relativt lite omkring emnet. Det finnes derimot omfattende forskning på generell lydfølsomhet og de negative konsekvensene av støy.

### Kjente årsaker til hyperakusis

Årsakene til hyperakusis er bare delvis kjent, og mange spørsmål rundt lidelsen står ubesvart. Det finnes i dag ingen dokumentert behandling, men kognitiv atferdsterapi og behandling som tilbys ved øresus har vist å kunne minske plagene hos noen.

Hyperakusis kan forekomme som ett av flere symptomer ved sykdomstilstander i mellomøret. Tilstanden kan også oppstå som følge av skade i det indre øret eller ved sykdom i de sentrale hørselsbanene.

Det har vært forsket på om forstyrrelser i den kjemiske balansen i deler av hjernen kan være relatert til hyperakusis. Man har undersøkt dette fordi lidelsen har vært observert i sammenheng med andre tilstander som settes i forbindelse med hjernens serotoninbalanse, som migrene, depresjon og posttraumatisk stressyndrom.

Andre mulige årsaker til hyperakusis er:

- støytraume (støyskade), som svært høy musikk eller annen ekstrem lydpåvirkning
- Bells paralyse (en form for ansiktslammelse som iblant kalles «trekk»)
- Menieres sykdom
- autisme
- infeksjonssykdommer
- avvik i blodårene

Det skal også nevnes at cirka 50 prosent av pasienter med øresus har varierende grad av hyperakusis.

### Grader av sykdomspåvirkning

Pasienter er rammet av lidelsen i ulik grad. Det er heller ikke uvanlig at graden av sykdomspåvirkning hos den enkelte varierer fra en dag til den neste.

Lydeksponering oppleves som smertefullt og irriterende, og mange beskytter seg bevisst og ubevisst mot lyd i angst for ytterligere hørselsskader.

### Behandlingsmuligheter

Behandling av hyperakusis er et lite utforsket område.

I 2002 ble det presentert et arbeid som viste at hyperakusispasienter kan ha nytte av den todelte behandlingen som tilbys pasienter med øresus. Behandlingen består av blant annet rådgivning og lydstimulering. Langtidseffektene av behandlingen er ufullstendig dokumentert.

Medikamenter har vært prøvd i behandlingen av pasienter som oppfyller kriteriene for depresjon. Ved behandling med SSRI (antidepressiva), fant man at lydoverfølsomheten avtok i takt med bedring av depresjonstilstanden. Disse funnene er per i dag ikke dokumentert i kontrollerte studier.

Kognitiv atferdsterapi er en forholdsvis moderne form av psykoterapi som i flere kontrollerte studier har vist seg å være effektiv ved ulike psykiske og somatiske tilstander. Målet med behandlingen er å endre fastlåste oppfatninger av og reaksjonsmønstre i situasjoner vi opplever som vanskelige.

Kognitiv adferdsterapi er delvis utprøvd ved hyperakusis, men resultater fra pågående studier avventes før man kan trekke en endelig konklusjon om behandlingseffekt.