

“TI-NNI-TUS” o “A-CÚ-FE-NO”

DE CUALQUIER MANERA — ES IRRITANTE

¿QUÉ ES EL TINNITUS?

El tinnitus es un zumbido en los oídos cuando no está presente otro sonido. Puede ocurrir todo el tiempo o solo a veces. Puede haber más de un tono. Y puede oírse desde un sonido ligero a un ruido insoportable.



¿ES COMÚN EL TINNITUS?



¿CÓMO SUENA EL TINNITUS?



¿CÓMO LE HACE SENTIR EL TINNITUS?



Depresión
Fatiga
Sensación de desamparo
Retracción

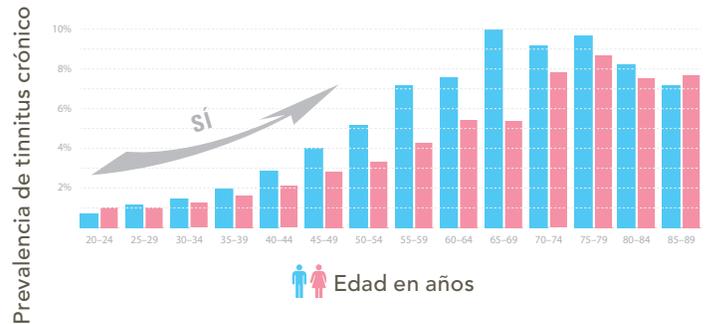


Ansiedad
Irritabilidad
Cólera
Tensión



Nerviosismo
Tristeza
Temor
Falta de concentración

¿ES MÁS COMÚN EL TINNITUS CON LA EDAD?



¿CÓMO PREVENIR EL TINNITUS?

El ruido nocivo es la causa principal del tinnitus. Puede estar expuesto durante estas actividades cotidianas o recreativas:



Herramientas de jardinería



Fábricas



Música alta



Armas de fuego

Evite el ruido fuerte siempre que sea posible. Si tiene que gritar para que le oigan, debe evitar la situación. Además:



Use protección auditiva

Use tapones auditivos y orejeras cuando el ruido sea muy alto.



Baje el volumen

Mantenga los dispositivos de audio personales a no más de medio volumen.



Descanse de los ruidos fuertes

Aléjese de los sonidos fuertes si no tiene protección auditiva.

¿QUÉ HACER SI TIENE TINNITUS?

Acuda a un audiólogo certificado por ASHA para que le haga pruebas de audición. Le hará preguntas sobre el tinnitus además de las pruebas de audición. El tinnitus puede estar asociado con una serie de afecciones relacionadas con la audición. La evaluación ayuda a proporcionar información sobre las causas y las opciones de tratamiento. Es posible que el audiólogo también le envíe a otros profesionales para pruebas adicionales.



Para más información, escanee el código de respuesta rápida (código QR) o visite www.asha.org/public/hearing/Tinnitus/

