

## Mer om menière

Här följer en sammanställning av en del intressanta länkar om Menières sjukdom på internet.

### På svenska

[www.yrsel.com](http://www.yrsel.com) Här finns information om yrsel och balanssjukdomar sammanställd av Johan Bergenius, Krister Brantberg och Christian Geisler. Bland annat finns typiska patientfall och en alfabetisk diagnoslista. Här finns även en länk till [www.netdoktor.se](http://www.netdoktor.se) där Christian Geisler skrivit om menière.

[www.infomedica.se](http://www.infomedica.se) Gå till symtom-yrsel. Där finns ett kapitel om yrsel skrivet av docent Lars Ödkvist.

[www.hrf-sthlmsdistrikt.org/meniere](http://www.hrf-sthlmsdistrikt.org/meniere) HRFs Stockholmsdistrikt har en menière-reförening som har medlemmar från hela landet. Här finns bland annat ett diskussionsforum.

### På andra språk

<http://oto.wustl.edu/men> "The menière's page vid universitetet i Washington. Här finns mycket intressant information: frågor och svar, en lista över behandlingsmetoder, litteraturlistor med mera.

[www.menieres.org](http://www.menieres.org) En stöd- och informationssida för dem som har menière, grundad av en Raymond Hines. Här finns bland annat personliga hemsidor från personer som har menière och du kan själv lägga upp din egen personliga sida. Det finns även e-postlista, chatrum och länkar till många andra hemsidor.

[www.menieresinfo.com/](http://www.menieresinfo.com/) Meniere's disease information center.

<http://www.menieres-disease.ca> En hemsida gjord av en sjuksköterska och hennes man som båda har menière. [http://www.uams.edu/prosper\\_meniere/](http://www.uams.edu/prosper_meniere/) The Prosper Menière society vid universitetet i Arkansas har ett eget nyhetsbrev och tycks vara en ganska exklusiv klubb, i första hand för läkare, och för att bli medlem måste man "rekommenderas" av två aktiva medlemmar.

[www.mtf.dk](http://www.mtf.dk) Menière och tinnitusforeningen i Danmark. Här finns "forskning och framtid", debattforum, 20 frågor om tinnitus och menière.

# Menières sjukdom

– Det finns ett klart samband mellan menièreanfall och känslomässig stress.

Det säger Anne-Charlotte Hessén-Söderman, biträdande överläkare vid Karolinska sjukhuset i Stockholm som doktorerat på Menières sjukdom.

Auris har intervjuat henne om forskningsläget och olika behandlingsmetoder vid Menières sjukdom.

*Text: Stefan Andersson Foto: Jennie Segerberg/Pressens Bild*

**MENIÈRES SYNDROM** är en inneröresjukdom som mellan 40 000 och 50 000 svenskar har, alltså fler än vad HRF har medlemmar. Ändå är det en ganska okänd sjukdom. Symtomen är attacke av samtidigt uppträdande yrsel, tinnitus, hörselnedsättning och ofta en fyllnads-känsla i örat.

Det är ofta yrselattackerna som personerna upplever som värst eftersom de kan komma i princip när som helst och utan förvarning.

– För nästan alla kommer det bara som en blix, rakt på, det är det som är så invalidiserande, säger Lotta Hessén-Söderman.

### Inte bra att gräla

I hennes undersökning var känslomässig stress det samband som var tydligt som utlösande faktor för anfällen.

– Att springa efter bussen har ingen effekt, däremot att gräla med partnern...

Lotta Hessén-Söderman säger att det som väckt mest intresse det senaste året handlar mycket om forskning kring hormonell påverkan.

– Det finns ett hormon, anti-diodrektiskt, vars mängd ökar i kroppen i samband med stress. Man vet att hormonet har effekter på njurarna och har med kroppens vätskebalans att göra. Därmed

finns det ett teoretiskt samband med menièreanfallen, men ännu har ingen kunnat bevisa det,

När det gäller behandling av svårare fall av menière anser Hessén-Söderman att det mer och mer är behandling med antibiotikan gentamicin som gäller.

Det innebär att gentamicin sprutas in i innerörat för att slå ut örats balansceller, se nedan.

### Specialprocessad havre

En behandling som varit omtalad på senare år är så kallad mäلتad havre. Docent Per Hanner vid Sahlgrenska sjukhuset i Göteborg har lett en pilotstudie om mäلتad havre.

– Vi har precis avslutat en studie på 25 patienter som kommer att publiceras inom kort, säger han.

Metoden går ut på att öka förekomsten i blodet av ett äggviteämne, protein, som kallas för antisekretorisk faktor. Ämnet finns naturligt i kroppen och påverkar vätskebalansen.

– Resultatet i studien var att 80 procent fick en ökning av antisekretorisk faktor i blodet, säger Per Hanner.

Han betonar dock att det är alldeles för tidigt att dra några slutsatser ännu.

– Menière är en mycket besvärlig sjukdom och effekterna måste följas upp un-

## Menières syndrom

**Debiteras oftast i 40-årsåldern.** Kännetecknet för sjukdomen är attacker av samtidigt uppträdande: yrsel, hörselnedsättning, tinnitus och en "fyllnads-känsla" i örat. Attackerna kan vara från 20 minuter upp till ett dygn. I början av sjukdomsförloppet blir patienten helt besvärfri mellan attackerna, men med tiden blir hörselnedsättningen bestående.

Många får sjukdomen ganska lindrigt med smärre yrselanfall några gånger om året, andra har betydligt kraftigare anfall som kommer ofta.

Osäkerheten om när anfällen kommer gör att många menièrepatienter inte vågar köra bil eller delta i sociala sammanhang. Anfällen avklingar med åren. Enligt en uppskattning insjuknar drygt 400 personer varje år i Sverige och det är ungefär 40 000 – 50 000 som har menière. Sjukdomen är uppkallad efter den franske läkaren Prosper Menière (1799-1861).

FAKTA

# får tillvaron att snurra



Den som får ett menièreanfall upplever så kallad karusellyrsel.

der lång tid för att man ska veta om eventuella förbättringar blir bestående.

Han och hans kolleger håller nu på med en ny, dubbelblind, studie där hälften av deltagarna får mälat havre och andra hälften får placebo för att kunna slå fast om metoden är bra, och i så fall hur bra. ☺

Här följer en sammanställning av olika behandlingar vid Menières sjukdom:

## Gentamicin

Antibiotika som sprutas in i mellanörat. Har funktionen att det slår ut innerörats sinnesceller, som då inte kan reagera på de störningar som ger yrselbesvären. Tidigare medförde denna metod ofta stor risk för att hörseln försämrades kraftigt. I dag ges gentamicin i betydligt mindre doser och det är få patienter som får ytterligare hörselnedsättning. Metoden används vanligen

på dem som haft menière under ganska lång tid.

## Medicin

Urindrivande tabletter kan användas för att minska vätskemängden i kroppen. Åksjuketabletter kan användas under anfallen för att dämpa det värsta illamåendet. Beta-serc är en medicin som innehåller beta-histamin som kan öka genombloodningen i örat. Den är inte godkänd av Läkemedelsverket och kan därför bara skrivas ut av öronspecialister.

– Det finns en viss tveksamhet eftersom den vetenskapliga bevisningen är svag, men vissa patienter har upplevt förbättringar, säger Lotta Hessén-Söderman.

## Mälat havre

Specialprocessad havre som stimulerar bildandet av antisekretorisk faktor, ett kroppseget protein som påverkar kroppens vätskebalans. (Se även intervjun med Johanna Peterson, sidan 6-9, som provat en speciell sorts müsli).

## Nervavskärning

Avskärning av balansnerven är i dag mycket ovanligt.

– Vi har inte gjort någon sådan på flera år, säger Lotta Hessen-Söderman.

## Saccotomi

En liten plastskiva, en shunt, opereras in i säcken med innerörevätska. Även denna

metod har blivit mindre vanlig på senare år, men används fortfarande.

## Saltfattig kost

Ett vanligt råd till menièrepatienter är att minska på saltkonsumtionen, men det finns inga vetenskapliga bevis för att det är bra. Det kan tvärt om vara skadligt för vissa, kontrollera med din läkare!

Professor Måns Magnusson vid Lunds universitet håller just nu på med en studie om effekten av saltrestriktion. Se hemsidan [www.onh.lu.se](http://www.onh.lu.se)

## Sjukgymnastik, bettslipning, avslappning

Sjukgymnastik och avslappning kan också vara till nytta, se självhjälp. Även bettslipning och behandling av spänningar i nackmuskulaturen kan ge positiva effekter för vissa patienter. Se Auris 3/03.

## Självhjälp

Det är viktigt med noggrann information om sjukdomen. För menièrepatienter är det särskilt viktigt med regelbunden sömn, motion och att undvika stress.

## Tryckpulsgeneratoren Meniett

En apparat som genom en slang skickar in tryckpulser i örat via ett inopererat ventilationsrör. Apparaten påverkar vätskebalansen i innerörat genom snabba tryckimpulser direkt på mellanörat. En stor studie om effekterna av Meniett pågår, men den har blivit försenad och är ännu inte klar.

## FAKTA

### Yrsel

Yrsel är ett symptom, en illusion av rörelse. Man kan få yrsel av väldigt många olika anledningar. I de flesta fall är yrseln ofarlig, men det är alltid bra att kontakta vårdcentral eller sjukvårdsupplysningen om man är orolig. Yrselsjukdomar visar sig ofta genom att ögonen får speciella rörelsemönster, så kallad nystagmus.