



Ù Tai và Suy Giảm Nhận Thức

TS.BS. TRẦN CÔNG THẮNG
Đại Học Y Dược TP.HCM
20.09.2025

Ù Tai Là Gì?

- Ù tai là hiện tượng nghe thấy tiếng ồn trong tai mà không có âm thanh bên ngoài tương ứng, ảnh hưởng khoảng **10-15% dân số (24% người cao tuổi)**.
- Có hai loại: ù tai chủ quan (chỉ người bệnh nghe thấy) và ù tai khách quan (có thể nghe được bằng ống nghe).
- Tiếng ù có thể là tiếng chuông, tiếng rít, tiếng gầm, thường nặng hơn khi yên tĩnh hoặc lúc đi ngủ.



Jarach CM, Lugo A, Scala M, et al. Global Prevalence and Incidence of Tinnitus: A Systematic Review and Meta-analysis. JAMA Neurol. 2022 Sep 1;79(9):888-900.

Nguyên Nhân Gây Ù Tai



Nguyên Nhân Gây Ù Tai



Tổn Thương Thính Giác

Mất thính lực do tuổi tác hoặc tổn thương ốc tai, dây thần kinh thính giác.



Bệnh Mạch Máu

Xơ vữa động mạch, u mạch máu, rối loạn tuần hoàn máu ảnh hưởng đến tai trong.



Căng Thẳng & Trầm Cảm

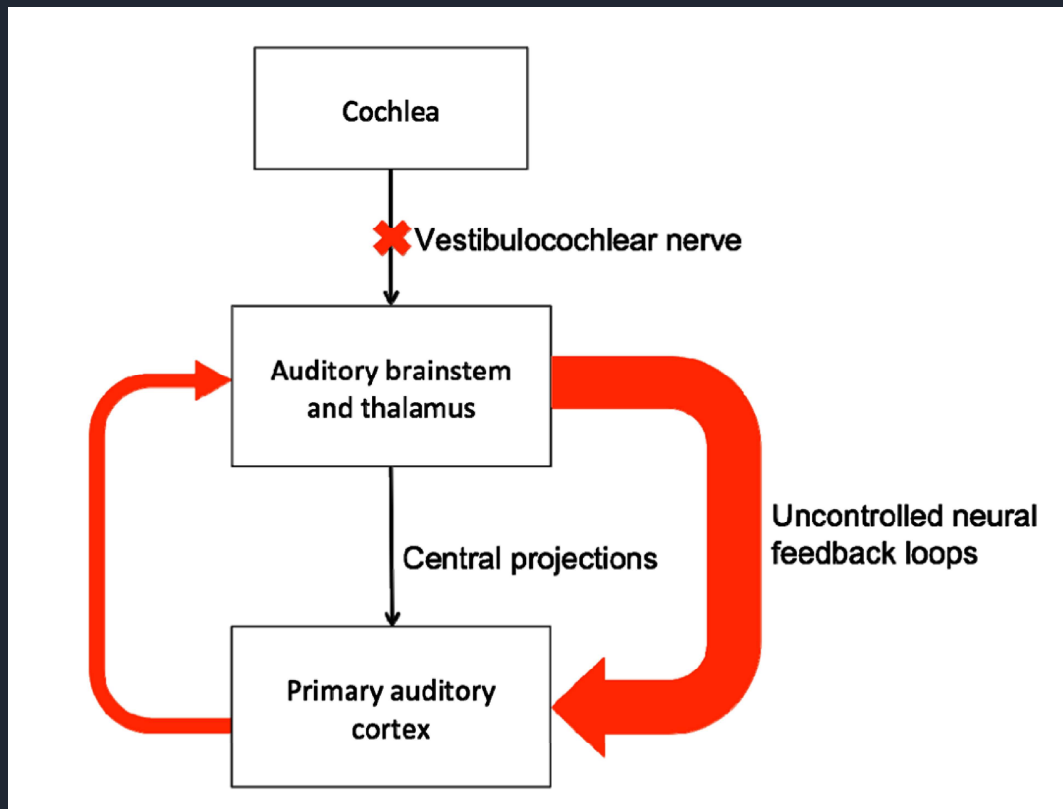
Áp lực tâm lý và rối loạn cảm xúc có thể làm tăng mức độ ù tai.



Yếu Tố Khác

Tác dụng phụ của thuốc, chấn thương vùng đầu, rối loạn khớp thái dương hàm.

Nguyên Nhân Gây Ù Tai



MẤT CÂN BẰNG NÃO BỘ HAI BÊN

Atik A. Pathophysiology and treatment of tinnitus: an elusive disease. Indian J Otolaryngol Head Neck Surg. 2014 Jan;66(Suppl 1):1-5.

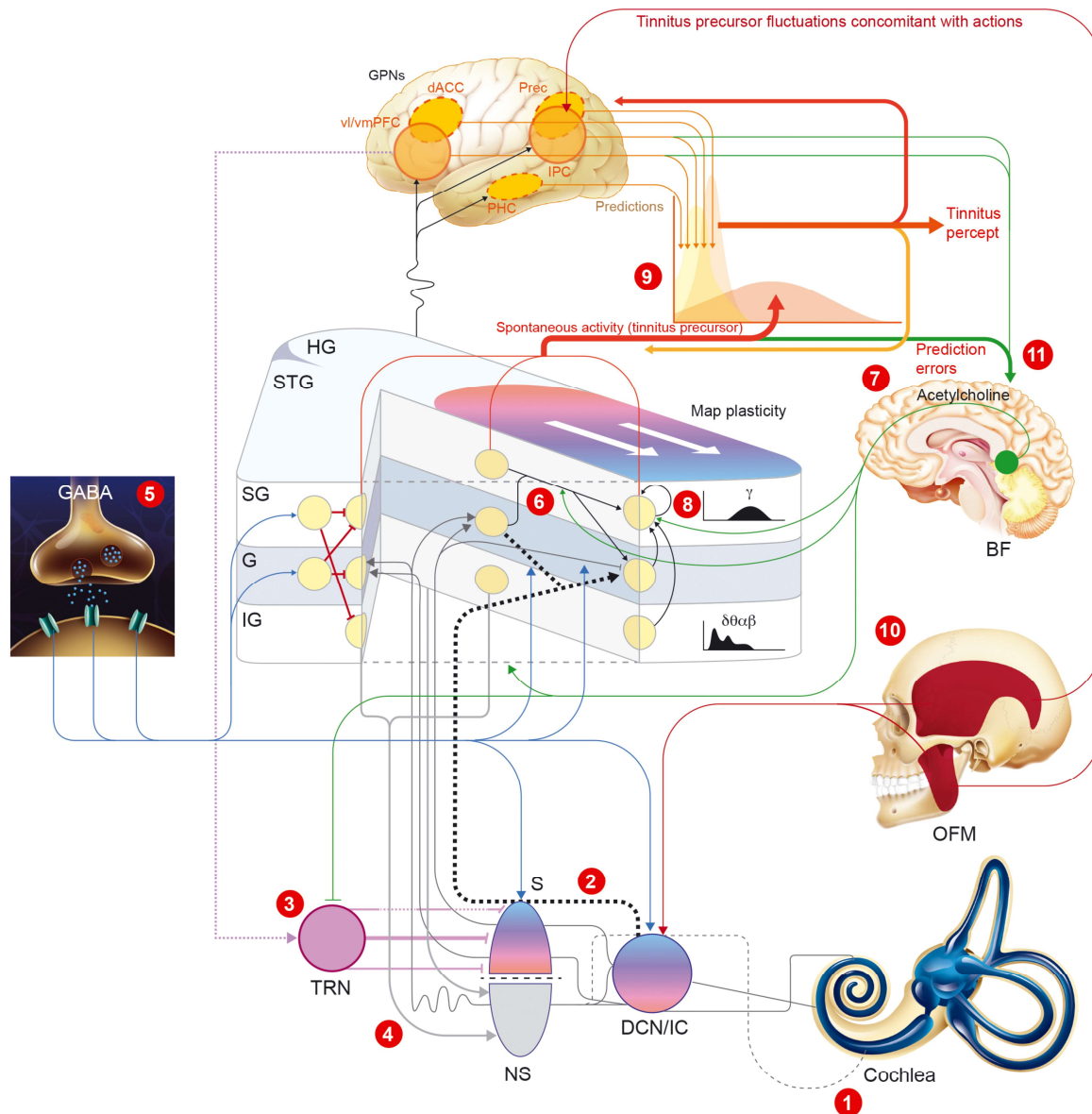
Ù tai gây tăng nhạy cảm TK vỏ não thính giác

♦ Human Brain Mapping 38:2384–2397 (2017) ♦

Tinnitus Distress is Linked to Enhanced Resting-State Functional Connectivity from the Limbic System to the Auditory Cortex

Yu-Chen Chen ^{1*}, Wenqing Xia,² Huiyou Chen,¹ Yuan Feng,¹ Jin-Jing Xu,³ Jian-Ping Gu,⁴ Richard Salvi,⁵ and Xindao Yin^{1*}

Chen YC, Xia W, Chen H, Feng Y, Xu JJ, Gu JP, Salvi R, Yin X. Tinnitus distress is linked to enhanced resting-state functional connectivity from the limbic system to the auditory cortex. Hum Brain Mapp. 2017 May;38(5):2384-2397.



SLB Û Tai

- 1 Deafferentation
- 2 Spontaneous ascending activity
- 3 Deficient noise cancelling
- 4 (Thalamo) cortical coherence
- 5 GABA-ergic deficiency
- 6 Enhanced lateral communication
- 7 Cholinergic excess
- 8 Persistent prediction errors
- 9 Silence prediction over-riden
- 10 Cross-modal interactions
- 11 Reinforcement through attention

- Tonotopy
- Cell body
- Excitatory connection
- Inhibitory connection
- Reduced activity
- Reduced/increased activity
- ~ Delta/theta coherence
- Synchronous projections
- Cut-away section for display

Haider HF, Bojić T, Ribeiro SF, Paço J, Hall DA, Szczeppek AJ. Pathophysiology of Subjective Tinnitus: Triggers and Maintenance. Front Neurosci. 2018 Nov 27;12:866

Ồ tai và suy giảm nhận thức: Thách thức sức khỏe toàn cầu



Ồ tai lan rộng

Ảnh hưởng 10-15% người trưởng thành toàn cầu, gây khó chịu và giảm chất lượng cuộc sống đáng kể.



Suy giảm nhận thức

Đặc biệt ở người cao tuổi, là nguyên nhân hàng đầu dẫn đến sa sút trí tuệ và Alzheimer.



Nhu cầu cấp thiết

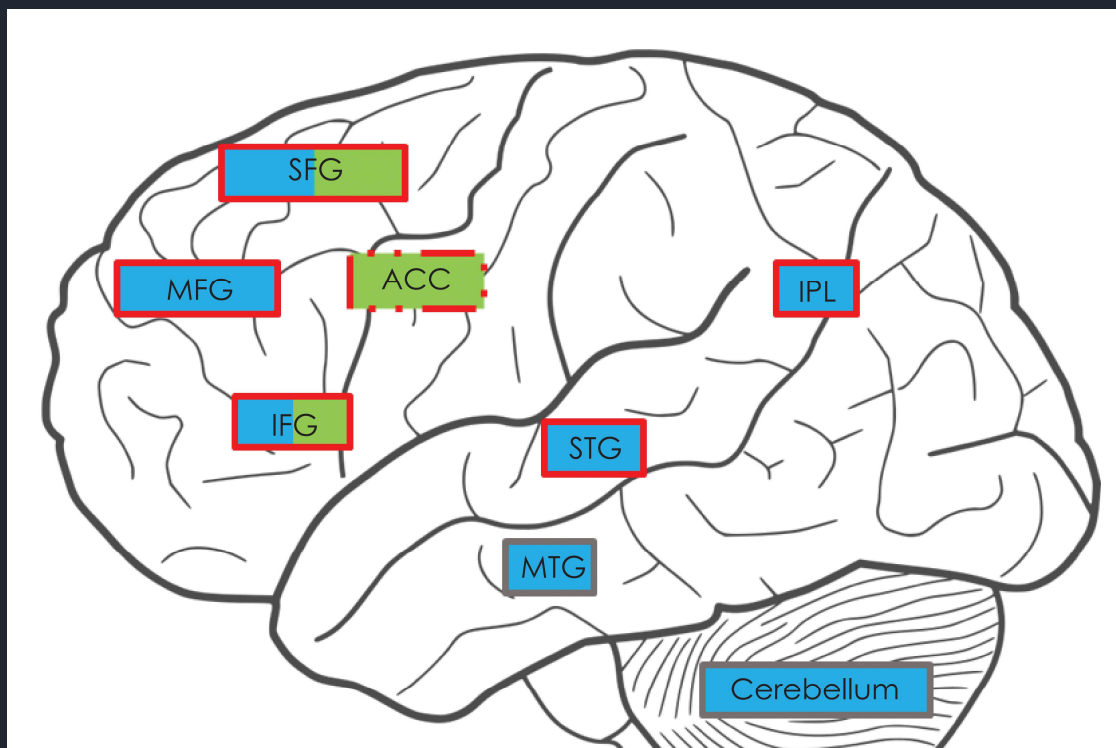
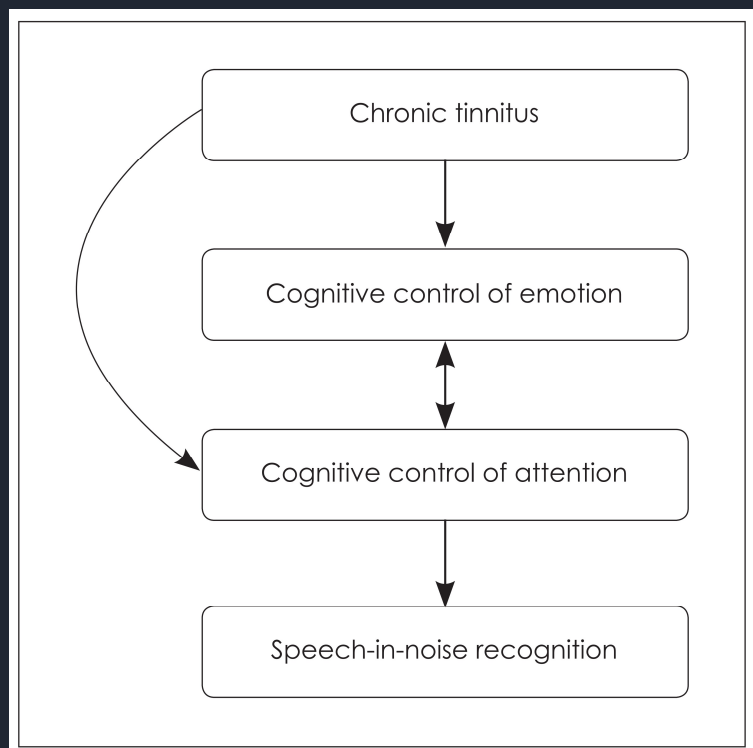
Cần giải pháp điều trị hiệu quả, an toàn và có cơ sở khoa học vững chắc để đối phó với những thách thức này.

Ù tai thúc đẩy Rối loạn giấc ngủ

RIS item	controls		Tinnitus patients		Diagnosis		sex	age		
	mean	SD	mean	SD	F _(1,263)	p	F _(F1,263)	p	F _(1,263)	p
Sleep latency	.11	.310	1.07	.912	87.210	<.0005*	.098	.754	.307	.580
Sleep duration	.35	.502	1.23	1.158	42.114	<.0005*	.027	.869	.246	.620
Sleep continuity	1.06	.787	2.38	1.178	75.028	<.0005*	.567	.447	14.255	.0005
Early awakening	.99	.874	1.82	1.109	29.304	<.0005*	.002	.969	5.843	.016
Easy awakening	1.24	.935	1.54	1.686	1.071	.302	.601	.439	6.011	.015
Feeling of having not slept all night	.37	.528	1.55	1.042	95.066	<.0005*	1.322	.251	1.514	.220
Worrying about sleep	.71	.742	2.13	1.076	113.017	<.0005*	2.628	.106	.431	.512
Being afraid to be not able to fall asleep	.07	.264	2.23	1.102	313.634	<.0005*	1.978	.161	3.137	.078
Feeling fit	.97	.595	2.28	1.069	103.716	<.0005*	.014	.906	1.134	.288
Taking sleeping pills	.03	.177	1.48	1.242	127.434	<.0005*	3.203	.075	.368	.545

Crönlein T, Langguth B, Pregler M, Kreuzer PM, Wetter TC, Schecklmann M. Insomnia in patients with chronic tinnitus: Cognitive and emotional distress as moderator variables. J Psychosom Res. 2016 Apr;83:65-8.

Ù tai gây rối loạn nhận thức âm thanh



Tai Y, Husain FT. The Role of Cognitive Control in Tinnitus and Its Relation to Speech-in-Noise Performance. J Audiol Otol. 2019 Jan;23(1):1-7.

Ù tai gây rối loạn hệ thống TK mặc định (DMN)

www.nature.com/scientificreports

scientific reports

 Check for updates

OPEN

Disruptions of default mode network and precuneus connectivity associated with cognitive dysfunctions in tinnitus

Stephanie Rosemann  & Josef P. Rauschecker

Rosemann S, Rauschecker JP. Disruptions of default mode network and precuneus connectivity associated with cognitive dysfunctions in tinnitus. Sci Rep. 2023 Apr 7;13(1):5746.

Ù tai và Suy giảm nhận thức



TYPE Original Research
PUBLISHED 30 May 2025
DOI 10.3389/fneur.2025.1533821



OPEN ACCESS

EDITED BY
Derek James Hoare,
University of Nottingham, United Kingdom

REVIEWED BY
Iman Ghodratoostani,
University of São Paulo, Brazil
Wei Gao,
The Fourth Military Medical University, China

Association between tinnitus and cognitive impairment: analysis of National Health and Nutrition Examination Survey 2011:2014

Jianli Wu¹, Mengdi Shi² and Chao Wang^{2*}

Wu J, Shi M, Wang C. Association between tinnitus and cognitive impairment: analysis of National Health and Nutrition Examination Survey 2011:2014. Front Neurol. 2025 May 30;16:1533821.

LƯU Ý Û Tai và Suy Giảm Nhận Thức

Û Tai

- Nghe tiếng ồn không có thực.
- Khó chịu, khó tập trung.
- Mất ngủ, lo âu, trầm cảm.
- Dẫn đến giảm chất lượng cuộc sống.

Suy Giảm Nhận Thức

- Quên nhanh, khó tập trung.
- Lặp lại câu chuyện, thay đổi tính cách.
- Mất phương hướng, giảm khả năng lập kế hoạch.
- Ảnh hưởng khả năng sinh hoạt độc lập.

Thang đánh giá Ù Tai (Tinnitus Handicap Inventory)

1. Because of your tinnitus, is it difficult for you to concentrate?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
2. Does the loudness of your tinnitus make it difficult for you to hear people?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
3. Does your tinnitus make you angry?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
4. Does your tinnitus make you feel confused?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
5. Because of your tinnitus, do you feel desperate?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
6. Do you complain a great deal about your tinnitus?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
7. Because of your tinnitus, do you have trouble falling to sleep at night?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
8. Do you feel as though you cannot escape your tinnitus?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
9. Does your tinnitus interfere with your ability to enjoy your social activities (such as going out to dinner, to the movies)?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
10. Because of your tinnitus, do you feel frustrated?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
11. Because of your tinnitus, do you feel that you have a terrible disease?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
12. Does your tinnitus make it difficult for you to enjoy life?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
13. Does your tinnitus interfere with your job or household responsibilities?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
14. Because of your tinnitus, do you find that you are often irritable?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
15. Because of your tinnitus, is it difficult for you to read?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
16. Does your tinnitus make you upset?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
17. Do you feel that your tinnitus problem has placed stress on your relationships with members of your family and friends?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
18. Do you find it difficult to focus your attention away from your tinnitus and on other things?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
19. Do you feel that you have no control over your tinnitus?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
20. Because of your tinnitus, do you often feel tired?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
21. Because of your tinnitus, do you feel depressed?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
22. Does your tinnitus make you feel anxious?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
23. Do you feel that you can no longer cope with your tinnitus?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
24. Does your tinnitus get worse when you are under stress?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)
25. Does your tinnitus make you feel insecure?	☐ Yes (4)	☐ Sometimes (2)	☐ No (0)

The sum of all responses is your THI Score >>>

0

Newman CW, Jacobson GP, Spitzer JB. (1996) "Development of the Tinnitus Handicap Inventory." Archives of Otolaryngology - Head and Neck Surgery. 122(2):143-8.

McCombe, A., Baguely, D., Coles, R., McKenna, L., McKlinney, C. & Windle-Taylor, P. (2001). "Guidelines for the Grading of Tinnitus Severity: the Results of a Working Group Commissioned by the British Association of Otolaryngologists, Head and Neck Surgeons." Clinical Otolaryngology. 26: 388-393.

0-16: Slight or no handicap (Grade 1)
18-36: Mild handicap (Grade 2)
38-56: Moderate handicap (Grade 3)
58-76: Severe handicap (Grade 4)
78-100: Catastrophic handicap (Grade 5)

PHÒNG NGỪA VÀ ĐIỀU TRỊ

Kiểm Soát Bệnh Nền

Quản lý tốt huyết áp, tiểu đường, và các bệnh mạch máu để bảo vệ tuần hoàn não và tai.

Lối Sống Lành Mạnh

Ngủ đủ giấc, tập thể dục đều đặn, ăn uống cân đối, giàu chất chống oxy hóa giúp bảo vệ não.

Điều Trị Ù Tai

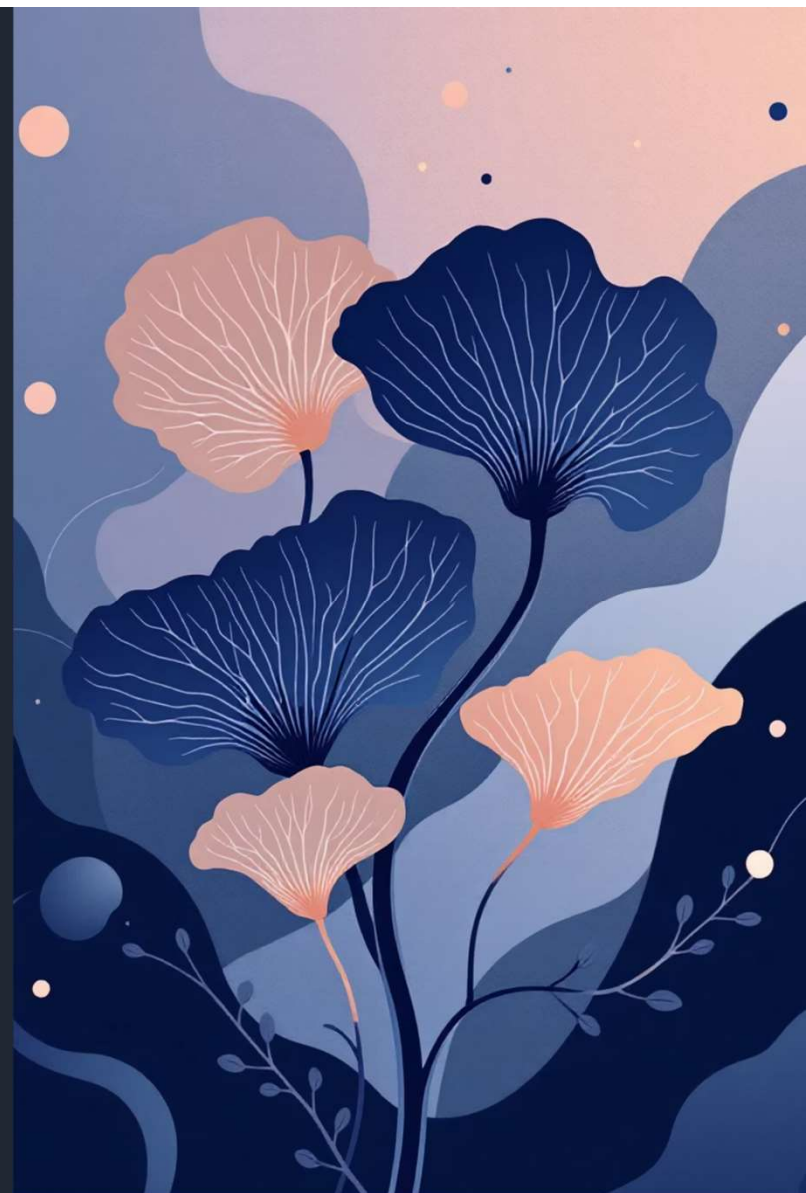
Sử dụng liệu pháp âm thanh, thuốc giảm căng thẳng, tư vấn tâm lý để giảm triệu chứng ù tai.

Can Thiệp Sớm Nhận Thức

Luyện tập trí não, kiểm soát stress, bổ sung dinh dưỡng giúp cải thiện và trì hoãn tiến triển suy giảm nhận thức.

Vai trò của Ginkgo biloba EGb 761 trong điều trị ù tai và suy giảm nhận thức

Một cái nhìn sâu sắc về tiềm năng điều trị của chiết xuất Ginkgo biloba EGb 761 dựa trên bằng chứng khoa học quốc tế.



Ginkgo biloba EGb 761: Chiết xuất chuẩn hóa từ lá bạch quả



- EGb 761 chứa flavonoid và terpenoid – các hoạt chất chống oxy hóa và cải thiện tuần hoàn máu.
- Được nghiên cứu và sử dụng rộng rãi tại hơn 40 quốc gia, với hơn 50 năm lịch sử y học hiện đại.
- Sản phẩm chuẩn hóa đảm bảo hàm lượng hoạt chất ổn định, mang lại hiệu quả và an toàn khi dùng lâu dài.

Cơ chế tác dụng của EGb 761

Điều trị ù tai và suy giảm nhận thức



Bảo vệ thần kinh

Chống tổn thương do oxy hóa và thiếu máu cục bộ, bảo vệ các tế bào não quan trọng.



Cải thiện vi tuần hoàn

Tăng cường lưu thông máu đến não và tai trong, giảm tổn thương synapse tại tế bào lông tai, ngăn ngừa ù tai.

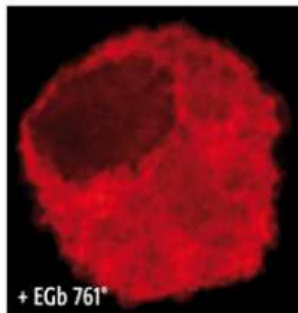
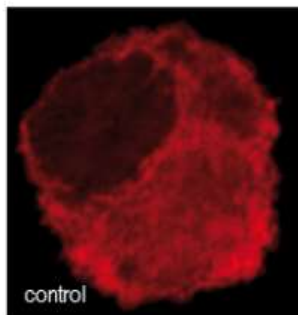


Tối ưu chức năng nhận thức

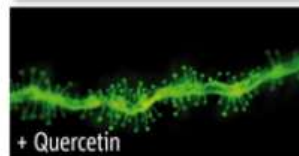
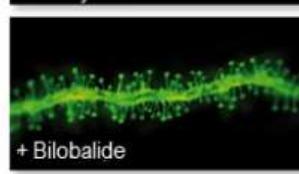
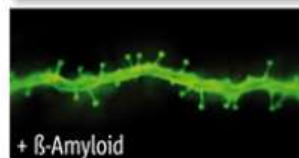
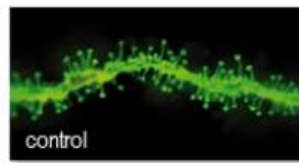
Ổn định chức năng nhận thức bằng cách tăng cường truyền dẫn thần kinh và giảm viêm thần kinh.

EGb 761 trong cải thiện suy giảm nhận thức

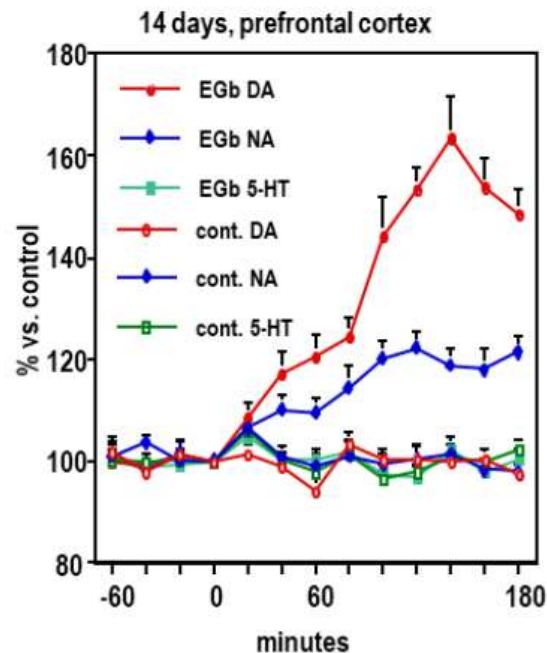
Mitochondria



Synaptogenesis



Neurotransmission



Eckert A et al. Ann N Y Acad Sciences 2005; 1056: 474-485. Tchantchou F et al. Journal of Alzheimer's Disease 2009; 18: 787-798.
Yoshitake T et al. Br J Pharmacol 2010.

EGb 761 trong cải thiện suy giảm nhận thức

Study	No. of Patients/Treatment	Improvements
Wesnes et al. 1987	54 / 120 mg/d for 12 weeks	attention, concentration, memory, speed, ADL
Israël et al. 1987	80 / 160 mg/d for 12 weeks	immediate recall (EGb 761 [®]), fluency & mental control (EGb 761 [®] + training)
Halama et al. 1988	40 / 120 mg/d for 12 weeks	SCAG, SKT, dizziness, tinnitus
Gräbel et al. 1992	53 / 160 mg/d for 24 weeks	IQ short-term storage
Stocksmeier & Eberlein 1992 (mild NCD and depression)	60 / 120 mg/d for 12 weeks	HAMD
Allain et al. 1993	18 / 320 or 600 mg/d, once	Dual Coding Test
Schubert & Halama 1993 (mild NCD and depression)	40 / 240 mg/d for 8 weeks	HAMD, KAI intelligence class
Hofferberth 1994	40 / 240 mg/d for 12 weeks	SKT, SCAG, WDT, saccade test, EEG theta/alpha quotient
Grass-Kapanke et al. 2011 (very mild cognitive impairment)	300 / 240 mg/d for 12 weeks	WMS-III/Faces-I, WTS-ALS, Appointments Test



Article

The Influence of Depression, Anxiety and Cognition on the Treatment Effects of *Ginkgo biloba* Extract EGb 761[®] in Patients with Tinnitus and Dementia: A Mediation Analysis

Petra Brüggemann ¹, Marília Grando Sória ², Juliette Brandes-Schramm ²  and Birgit Mazurek ^{1,*} 

Open access: <https://www.mdpi.com/2077-0383/10/14/3151>

EGb 761® →

**Anxiety
Depression
Cognition**

....

→ **Improved
tinnitus**

Hiệu quả của EGb 761 trong cải thiện ù tai

STT	Tác giả & Năm	Đối tượng/Thiết kế	Liều & Thời gian	Kết quả chính
1	Meyer B., 1988	RCT, đa trung tâm, n=103	EGb 761 uống; 13 tháng	Cải thiện triệu chứng ù tai rõ so với giả dược. Link: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3381525/
2	Morgenstern & Biermann, 2002	RCT, mù đôi, IV + uống	EGb 761 tiêm truyền + uống	Giảm mức độ ù tai so với giả dược. Link: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12593454/
3	Procházková et al., 2018	RCT, mù đôi	EGb 761 240 mg/ngày vs pentoxifylline	Cả hai nhóm cải thiện THI, không khác biệt đáng kể. Link: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30160726/
4	Radunz et al., 2019	RCT 3 nhánh (EGb 761, trợ thính, kết hợp), n=33	EGb 761 90 ngày	Cải thiện THI và VAS; trợ thính tốt hơn khi ù tai mới. Link: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30880436/
5	Kim et al., 2023	RCT, tiền cứu, mù	EGb 761 80 mg x 2/ngày, 12 tuần	THI giảm có ý nghĩa ở nhóm EGb 761 đơn trị. Link: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37511713/
6	Schneider et al., 2005	RCT, sa sút trí tuệ	EGb 761 240/120 mg, 26 tuần	Giảm mức độ ù tai trên thang 11 bậc. Link: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16006570/
7	Napryeyenko et al., 2007	RCT, GINDEM-NP, sa sút trí tuệ	EGb 761 240 mg, 22 tuần	Giảm ù tai so với giả dược. Link: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17455110/
8	Ihl et al., 2011	RCT, sa sút trí tuệ	EGb 761 240 mg/ngày, 24 tuần	Cải thiện điểm ù tai rõ so với giả dược. Link: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21508971/
9	Herrschaft et al., 2012	RCT, xác nhận liều	EGb 761 240 mg/ngày, 24 tuần	Giảm ù tai nhiều hơn giả dược. Link: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22973426/
10	Nikolova et al., 2013	RCT, PLAGIN, sa sút trí tuệ	EGb 761 240 mg/ngày, 22 tuần	Giảm điểm ù tai có ý nghĩa. Link: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24119081/

Kết Luận

Bảo Vệ Tai & Não trong Ù Tai và Suy giảm Nhận Thức

- **Ù tai không chỉ là triệu chứng khó chịu** mà còn có thể cảnh báo suy giảm nhận thức và các bệnh lý não nghiêm trọng.
- **Phát hiện và điều trị sớm là chìa khóa** để duy trì chất lượng cuộc sống và ngăn chặn bệnh.
- **Hãy chủ động kiểm tra sức khỏe tai mũi họng và thần kinh** khi có dấu hiệu ù tai hoặc suy giảm trí nhớ.
- **Đầu tư cho sức khỏe não bộ** là đầu tư cho tương lai minh mẫn và hạnh phúc của chính bạn.
- **EGb761** có vai trò hiệu quả cải thiện chức năng thần kinh trong ù tai và Suy giảm nhận thức



Cám ơn quý đồng nghiệp
đã chú ý lắng nghe