

健康通信

「めまい」のおはなし



耳鼻いんこう科部長医師
岩田 知之

めまいを経験されたことはありませんか? 「めまい」といえば、グルグル回る症状を思い浮かべる方が多いと思いますが、実際にはフワフワする、目の前が暗くなるなど、いろいろな症状が含まれます。立ちくらみやふらつきなど、自然に治ってしまつことも多い症状ですが、何の誘引もなくある口突然に強いめまいがおこり、びくくりして医療機関を受診された方もいらっしゃるのではないのでしょうか。今回は、そんな「めまい」についてお話します。

耳鼻科で「めまい」はよく診察する症状の一つです。その理由として、めまいの半数以上の原因が「内耳」によるものである点が挙げられます(内耳性めまい)。内耳には音を感じる蝸牛かきゅうと重力に対する頭の位置や頭の運動(加速度)を感じる「三半規管」と「耳石器」があり、頭の回転や前後上下左右方向の動きを認識します。これらが日常生活では経験しないような刺激を受けると、脳で混乱が生じてめまいを発生し、冷や汗、顔面蒼白、手足

の冷感、悪心・嘔吐など、さまざまな自律神経症状を伴います。内耳性めまいは、主に回転性めまい(グルグル回るめまい)を起すことが多く、めまいが単独に起こる場合と音の聞こえが悪くなる場合があります。前者の代表が「良性発作性頭位めまい症」、後者の代表が「メニエール病」ですが、最も多いものが「良性発作性頭位めまい症」です。良性発作性頭位めまい症は、入院で長期間寝ていた人や、毎晩同じ向きに寝ようとする人に起こりやすいと言われていますが、ほとんどの場合はある口突然に起こります。頭の向きを変えるとグルグル回るタイプのめまいで、通常はじつじつしていると数十秒で止まり、数週間から1カ月程度で自然に治ります。しかし、治りにくい場合は、自己リハビリや頭を決まった向きに動かす治療を行います。

メニエール病は、典型的には数十分から数時間に及ぶ回転性めまいと難聴(耳がふさがる・ポーンと音がするとおっしゃる方もいます)、耳鳴りを繰り返します。内服薬で落ち着くことが多いですが、症状の強いものは点滴を行います。めまいが起こった際、脳卒中を心配される方は多いと思います。脳卒中によつて起こるめまいを「中枢性めまい」と言いますが、統計学的には1割程度と報告されています。多くの場合は浮動性めまい(フワフワしためまい)で、それつの回りづらさや手足のしびれなど、めまい以外の症状を伴うことが多いです。脳卒中以外で起こるめまいは急性のないものがほとんどですが、回転性めまいや他の症状を伴わないめまいの中にも「中枢性めまい」が隠れている可能性があります。従つて、大切なことはまず脳に異常がないかどうか(緊急治療を要するかどうか)診断することですので、めまいを感じたら早めに医療機関を受診されることをお勧めします。