

# 「めまい」

Q めまいって何??  
どうして起るの??

私たちの体は自分の位置を眼、耳、筋肉・皮膚などからの情報が中枢機関である脳に送られています。そして脳で統合された情報が手足などに正確に伝わることで体のバランスを保っています。これらの経路のごくかに障害をきたした状態がめまいであり、その原因は、体の動きや重力に対する傾きを検出する感覚(平衡覚)の障害であることが多いです。

Q めまいを起こすのは  
どんな病気??

めまいは、耳(内耳)の病気、脳の病気、全身の病気が原因と

## ②体のふらつきを見る検査

まず眼を開けた状態と閉じた状態を観察し、さらにそこから両足を一直線上につけたり片足立ちさせることで、体のふらつき具合を評価します。また、眼を閉じた状態で足踏みさせて体の向きがどのくらいずれるかを評価する検査もあります。

## ③その他

耳の病気によるめまい診断のために聴力検査を行います。また、脳梗塞・脳出血が疑われる場合はCTやMRIなどの画像検査も必要に応じて行います。

Q めまいにどんな薬があるの?  
薬以外の療法は??

めまいが生じた際は他に吐き気や嘔吐などを伴う場合があります。そのため、めまいを抑える薬に加えて吐き気止めを処方することもあります。薬の内服が難しい場合は注射や点滴を行うこともあります。また、不安な気持ちがある場合、緊張や不安を和らげる心理療法や足腰のリハ

なることが多いです。音の情報を受け取る耳は外耳・中耳・内耳の3つの部分に分かれ、一番奥にある内耳が主にめまいに関連しています。内耳の中にあるリンパ液の増加・漏れや内耳に浮遊物(耳石)の出現、内耳の情報を脳に伝える神経(前庭神経)に炎症が起こることなどで回転性のめまいを生じることがあります。



ビリで体のバランスを整える運動療法が実施されることもあります。

Q めまいの予防は?  
起きた時は  
どうしたら良い??

睡眠不足やストレスの蓄積でめまいが起りやすくなります。喫煙、過度な飲酒、不規則な食事といった生活習慣もめまいに関わるので、心当たりがある場合は今一度自身の生活を見直してみましよう。



めまいが起きてしまった時、主治医からめまいを抑える薬や吐き気止めを処方されている場合は服用して下さい。基本的に

中枢機能に送られる血流が不足することでもめまいが生じます。脳の病気によって生じるめまいは脳梗塞、脳出血、脳腫瘍などの命に関わるものもあり、これらの病気の場合は早急な治療が必要です。

Q めまいの検査は  
どんなものがあるの??

①めまいの程度を見る検査  
めまい中の目の動きは「眼振」と呼ばれ、物を見つめていない状態、見つめた状態、頭の位置を変えた状態などで眼振を観察します。肉眼で捉えにくい眼振を評価するために特殊な眼鏡を装着することもあります。また、温度の刺激で三半規管の反応を見るために耳の中に水や風を入れてめまいの診断を行う場合もあります。

耳のめまいであれば、安静にすることが一番の治療になります。繰り返す場合や改善がありません場合は医療機関を受診しましょう。また、めまいの他に激しい頭痛や手足の麻痺などが生じた場合は脳の病気の可能性があるので、早めに救急病院を受診して下さい。

**今月の先生**

耳鼻いんこう科・頭頸部外科

**松原 真人**

○専門分野  
耳鼻いんこう科

○卒業年、主な職歴  
平成29年卒  
久美愛厚生病院  
岐阜市民病院

