

第 192 回市民医学講座

平成元年 3 月 16 日 (木)
仙台市役所 第 2 庁舎 3 階
第 1 会議室

めまいについて

佐々木耳鼻咽喉科医院院長
佐々木美隆

はじめに

めまいを訴える人が文明の進歩と共に増えてきています。その原因の一つとして。文明の進歩がわれわれのからだにもたらすストレスを増加させ、そのことがめまいにも何らかの影響を及ぼしていると考えられています。

めまいとは

めまいは漢字で書くと「眩暈」となります。めくるめく、まぶしい、というその字からも分かるように、めまいとは「目がくらむ」症状のことです。このめまいには大きく分けて 3 つの種類があります。

1. 回転性めまい：自分または周囲がまわる感じ。窓や柱が流れてみえる。
2. 浮動性めまい：ふらふらする。雲の上を歩く感じ。宙に浮いている感じ。
3. 立ちくらみ：急に立ったりした時に、目の前が暗くなる。一瞬気が遠くなる感じ。

こうしためまいの種類を知ることは、めまいの原因を明らかにする上で重要なポイントとなって参ります。そこで「めまいがする」と訴えてくる患者さんに対して、私どもは必ず「どういうめまいがするのか」をたずねます。

めまいはどのように起こるのか

めまいはからだのバランスを保つ仕組みが崩れたとき起こる症状です。その仕組みに関係しているのが内耳（前庭・半規管）と脳（小脳：脳幹）です。

何らかの原因で内耳や小脳・脳幹に異常をきたした場合には、めまいが起きてきます。

- 内耳の病気で起こるめまいの特徴
多くは回転性のめまいで、発作的に起こり、一般に持続時間は短い。吐き気が強く、しばしば難聴・耳鳴を伴う。
- 脳の病気で起こるめまいの特徴
多くは非回転性のめまいで、持続性で一般に経過は長い。めまいの強さに比し吐き気が少ない一方、意識障害、激しい頭痛、痙攣などの神経症状を伴うことがある。

めまいが起きたら

激しいめまいに襲われると、非常に不安になるものです。でも安心してください。めまいは時間と共に必ず軽くなるものです。このような時には安静が第一です。できるだけ静かな薄暗い部屋で横になることです。頭を動かすとめまいは強くなります。頭はできるだけ動かさないことです。それから、かかりつけの医師と連絡をとり、その指示に従ってください。

こんなめまいは要注意

めまいは私たちが日常しばしば口にする症状であるために、かえって軽く考えてしまう傾向にあるようです。しかし油断はできません。めまいがその陰に隠れている重大な病気を警告しているというケースも、しばしばあるからです。次のようなめまいがあったら、専門医に相談して下さい。

- 発作を頻回に繰り返す。
- 長く続き、治りにくい。
- 耳鳴・難聴を伴う。
- 意識障害、激しい頭痛、痙攣、物が 2 重に見える、舌がもつれる、顔や手足がしびれる等の神経症状を伴う。

めまいの専門医とは

めまいの専門医は何科かわかりますか。現在、めまいの問題を研究し、中心となってめまいの検査や治療を行っているのは耳鼻科です。めまいがしたら、まず耳鼻科医に相談して下さい。耳鼻科医は検査を行い、必要ならば内科や外科など適当と考えられる診療科を紹介します。