



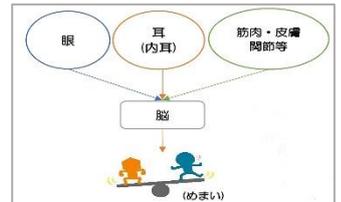
～あなたの「めまい」の原因は？～

「めまい」は日常生活の中で経験することも多いですが、様々な種類があり原因も異なるため、症状に応じた診療科を選んで対処することが必要となります。場合によっては早急な受診を必要とすることもあり注意が必要です。

●めまいとは

ヒトが身体のバランスを保って動くことができるのは、眼(視覚情報)、耳(平衡感覚をつかさどる内耳)、筋肉や関節・皮膚等(自己受容器)から入った情報が脳で統合され、自分の姿勢や動きを認識しているからです。めまいは、これらの器官やルートのどこかに問題が発生し、身体の平衡感覚を保てなくなった状態です。

〈めまいの種類〉



〈回転性めまい〉

自分や自分の周囲がぐるぐる回る感じとなりバランスを失い、立っていることや歩くことが困難となります。しばしば耳鳴りや吐き気、難聴、耳閉感等の症状を伴うことがあります。



〈不動性めまい〉

体がふわふわ浮いているような感じで、姿勢を保つことやまっすぐに歩くことが困難となります。



〈失神性めまい〉

目の前が急に暗くなる、血の気が引くような感覚で意識が遠のく感じとなります。



●めまいを生じる疾患

めまいを起こす疾患は色々ありますが、原因によって大きく次の3つに分けられます。めまいの原因の6割以上は耳が原因によるものです。

(1) 耳が原因のもの(末梢性めまい)

① 良性発作性頭位めまい症

寝返りや起床・臥床など頭を動かすことで誘発される回転性めまいです。数秒～数十秒でおさまリ、難聴や耳鳴りは起こりません。内耳にある耳石器(重力や体の方向を感知する器官)にある耳石(カルシウムの小さい粒)がはがれて三半規管に入り、浮遊することで起こります。

② メニエール病

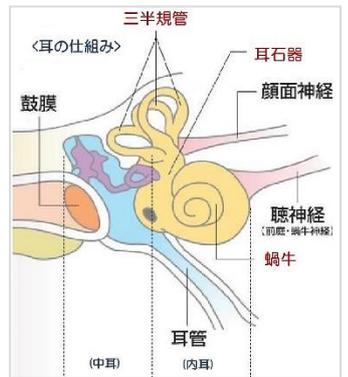
激しい回転性めまいに難聴・耳鳴り・耳閉感が重なり、繰り返して起こります。内耳を満たしているリンパ液の水圧が上昇し、内リンパ水腫を起こすことが原因です。誘因としてストレスや睡眠不足、過労が考えられています。早期に治療を開始すると1～2ヶ月で症状が落ち着くこともあります。繰り返したり、放置しておくと改善しづらくなります。

③ 突発性難聴

片側の難聴に回転性めまいと耳鳴りを伴います。急激に発症しますが、メニエール病のように、めまいを繰り返すことはありません。難聴改善のためには早期受診が大切です。

④ 前庭神経炎

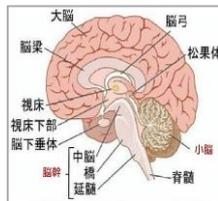
急激に発症し、激しい回転性めまいに嘔気・嘔吐を伴います。メニエール病のように、耳鳴りや難聴、耳閉感はなく症状は1日～数ヶ月に及ぶことがあります。風邪の後に多いため、ウィルスが原因と考えられています。



(2) 脳が原因のもの(中枢性めまい)

① 脳梗塞・脳出血

小脳と脳幹は身体の平衡を保つ働きをしており、ここの血流が途絶えると虚血状態となり、めまいの原因となります。めまいの他に、ろれつが回らない、手足のしびれや動きにくさ、強い頭痛等の症状がある場合は早急な受診が必要です。



② 脳腫瘍

脳腫瘍の中でも頻度が高いのが聴神経腫瘍です。聴神経(蝸牛神経・前庭神経)にできる良性腫瘍で、片側の耳鳴りや難聴で始まり、進行するとめまい(不動性めまい)や顔面神経麻痺を起こします。

(3) そのほかの原因によるもの

① 起立性低血圧

寝た状態から座位や立位になったときに血流の調節が上手くいかないために起こります。原因は貧血、自律神経失調症、糖尿病性神経障害など様々です。

② 不整脈・心疾患

脈が急に速くなったり、遅くなったりすることで心拍量が変動し、脳血流量が減少することで、浮動性めまいや失神性めまいを起こし、重症の場合は意識消失することもあります。心筋梗塞、心臓弁膜症、心筋症などによってもめまいが起こります。

③ 迷走神経反射

若い人に多く、強い痛みや過剰なストレスが原因で、迷走神経が刺激され心拍数や血圧の低下を起こします。

④ その他

低血糖、薬物性、心因性のめまい

※ 参考：厚生労働省HP、日本耳鼻咽喉科聴覚科外科学会HP、日本神経学会HP、ナース専科