

## メニエール病について

めまいとは、実際には自分の体は動いていないのに動いているように感じ、体のバランスがうまくとれなくなった状態(平衡機能の障害)であり、ぐるぐる回る感じ、ふらふら感、浮動感、たちくらみなどとして表現されます。

回転性のめまいは、メニエール病などの内耳性めまいに多く、時に小脳や脳幹部の障害でもみられることがあります。ふらふら感、浮動感などは高血圧、起立性低血圧、貧血、不安神経症などに多くみられます。めまいは体のバランスをとるために重要な役割を持つ内耳(末梢性)、脳幹・小脳(中枢性)などの前庭神経系の障害で起こる前庭性めまいとそれ以外の異常で起こる非前庭性めまいに分けることができます。つまり、回転性めまいは前庭系の障害に多く、ふらつきは非前庭性のめまいに多いということが出来ます。

前庭性のめまいの中で代表的な疾患はメニエール病であり、その本態は内耳の内リンパ水腫とされています。内耳の内リンパというところに水(内リンパ液)が過剰にたまり、それがやぶれると、めまい発作を繰り返すとされています。以下にメニエール病について少し詳しく解説したいと思います。

### 【原因】

梅毒、ウイルス性内耳炎など内リンパ水腫の原因が分かっているものは除外し、原因不明のもの、すなわち「特発性内リンパ水腫」をメニエール病と呼んでいます。特徴としては40代から50代の女性に多く、発作は起床時に多く、精神的肉体的ストレス、寝不足が誘因になります。

### 【症状】

回転性めまい発作を反復し、難聴・耳鳴を伴います。随伴症状としては悪心、嘔吐などの自律神経症状や頭痛、肩こりなどをほとんどの人が伴います。めまい発作の持続や間隔は人によってまちまちですが、発作を繰り返すたびにこだんだんひどくなっていくことが多いようです。

### 【診断】

厚生省の診断基準があり、めまい発作・難聴・耳鳴という3つの症状がそろい、他の疾患が除外できれば確定します。めまい発作が起きているときには、患側へ向かう「眼振」という目の異常な動きが認められ、時間の経過とともに、眼振の方向が反対になります。眼振を見ることができれば、診断しやすく、患側も同定できます。また、検査にて内リンパ水腫を証明できれば、なお良いわけです。

## 【治療】

### 1. 薬物療法

発作期には安定剤、制吐剤の注射や点滴を行います。安定してきたら、抗めまい薬や脳循環改善剤、代謝賦活剤、ビタミン剤、安定剤などともに、内リンパ水腫を改善させる目的でイソパイドのような利尿剤を使用します。また、漢方薬が有効な場合もあります。

### 2. 手術療法

薬物療法によっても再発を繰り返す例に対しては、手術療法が行われることもあり、中でも内リンパ腔の圧を抜く方法である内リンパ嚢開放術が最も普及しています。

### 3. リハビリテーション

めまいがおさまってきても、ふらふらするような感じがとれず、社会復帰ができないということが多々あります。このような場合、平衡訓練を反復実施し、めまいを多く経験させることによりめまいに慣れることが不安感を取り除くという意味でも重要になります。生活面における注意としては、五つのSを意識するとよいでしょう。

すなわち—

Salt: 減塩、Sleep: 寝不足しない、Stress: くよくよしない、Smoking: 禁煙、Speed: 小さな乗り物でふりまわされない