2019/3/3　耳の日　耳に関係するめまい

1. 秋田大学耳鼻咽喉科の小泉です。よろしくお願いいたします。
2. 耳とめまいの関係です。耳には聞こえの神経だけではなく、バランスの神経も含まれており、耳の病気でめまいやふらつきが起こることもあります。この時間は主に耳に関係するめまいの病気を紹介します。

右の図は内耳です。内耳には聞こえの神経である蝸牛の他に、バランスの神経である前庭と三半規管も含まれています。

1. 本日は3つほどめまいを起こす病気を紹介します。患者さんが発症するところから病院を受診する流れで説明していきます。まずはAさんからです。今回出てくる患者さんはすべて架空の症例です。
2. 早朝、ふとトイレに行きたくなり布団から起き上がると急にぐるぐると回るようなめまいに襲われ、立っていられない。とりあえず這ってトイレまで行き、用を足して便座に座って休んでいると、なんだかよくなってきたようだそう思い立ち上がって布団に戻ろうとしたところまた突然めまいがぶり返してきた。慌ててまだ寝ている夫を起こし「大変だ、救急車！」

5、救急車で病院へ到着。当直の先生に診察してもらうと

「手足の麻痺などはないし、頭のCTにも異常はみられないので脳卒中ではないだろう」と言われた。朝の外来開始時間まで待って耳鼻科を受診するように指示され院内で休んでいた。確かにじっとして休んでいる分にはめまいはしないようだ。

1. 耳鼻科診察室にて

「今日は一体どうしましたか？」

Aさんは今朝のめまいのことについて耳鼻科医に説明した

「それでは一通り診察と検査をしてみましょう」

～その後

「聞こえは正常ですね」

右の図は聴力検査の結果です。実際にこのようなグラフの形で聞こえが出てきます。左側は低い音の聞こえ、右側が高い音の聞こえ、ゼロのラインは若者の平均で、聞こえが悪くなるほど線は下に移動していきます。青い×は左耳、赤い〇は右耳の聞こえです。

Aさんは64歳ですから、年齢の割には聞こえがよいようですし、左右とも同じくらい聞こえています。

1. 耳が原因でめまいが起こる場合、目が揺れることが多いです。この目の揺れのことを「眼振」といいます。

いろいろな体勢で目の揺れをみますが、Aさんはじっとしている分にはめまいはありませんが、どうやら横になったり座ったりといった動きでめまいが起きるようです。

そこでそのような動きをしているときの目の揺れを見てみました。

左側の動画では検査の様子をお見せします。横になったり、起き上がった時の目の揺れを観察しています。

右の動画ではAさんの目の揺れをお見せします。目がぐるぐる回っているのが分かると思います。

1. 一体なんの病気でしょうか。
2. Aさんがかかったのは良性発作性頭位めまい症という病気でした。これは頭をある特定の位置に動かしたときに激しいめまいと特有な眼振をおこす病気です。持続時間は数十秒程度であることが多いです。症状は寝床につくときや起き上がるとき、しゃがんだとき、振り向くときなどに10~30秒程度続く一過性の強い回転性めまいのことが多く、難聴、耳鳴は伴わず、手足の麻痺などの中枢神経症状もありません。検査は先ほどご覧いただいた頭位眼振検査、頭位変換眼振検査で特徴的な眼振がでます。
3. 原因ですが、内耳の中にある砂のような石が剥がれ落ち、三半規管に入りこむことで起こります。最初のほうでお見せした内耳の図です。内耳の中には液体が詰まっていますが、その中に耳石というカルシウムが敷き詰められた部分があり、これがはがれて三半規管内に入り込むと、頭を動かしたときに三半規管が刺激されめまいがおこります。
4. このめまいはどこに石が迷い込むかにもよりますが、体操で石を三半規管から出すことで治ることがあります。一つの例としてお見せしますと、座った状態から横になり、頭を石が迷い込んだ側に向けしばらく待ち、反対向き、さらに寝返りをして頭を斜め下向きにしてから起き上がる方法です。エプリー法という名前がついています。
5. Aさんは幸いこの体操が効きやすいタイプであったため、改善がみられました。医師からは「同じ良性発作性頭位めまい症でも体操が効きづらいタイプの場合もありますので、治るまでは飲み薬を処方しましょう。」といわれ、処方をうけました。
6. Aさんは体操中あのぐるぐるとしためまいが起きて気持ち悪かったものの、終わって家に帰り、翌朝恐る恐る起き上がってみると、少しふらつきが残るものの、昨日よりは全然楽になっていました。数日でほとんどふらつきも感じなくなり、2週間後の再診のときには検査でも目の揺れはみられなくなっていました。
7. 次の患者さんはBさんです。45歳の男性で医療機器を扱う会社の営業をしています。会社からは営業成績のことを言われ、取引先の医療機関には気を遣う日々が続き、ストレスが多い生活を送っています。仕事が忙しく、夜遅くまで残業をする日々です。
8. ある日の仕事中、「右耳鳴りがするぞ、それになんだか山に登った時みたいに耳が詰まった感じだ」。そのまま仕事を続けていましたが、突然激しいめまいが出現し吐き気も合わさって職場の机から動けなくなってしまいました。同僚が心配し声をかけてくれ、横になって休んでいましたが、一向に良くならないため仕事を早退し病院を受診しました。
9. 耳鼻科にてBさんは診察室のベッドに横になり眼をつぶって休んで診察を待ちました。会社からここまでくる間もずっと世界が回っているような感覚が続き、耳鳴もおさまりません。耳鼻科医が診察しようとしたところ、気持ち悪く吐いてしまいました。「それではまずは点滴をしましょう。」そう言って耳鼻科医は点滴の指示を出しました。
10. 点滴をしながら1時間ほど休んでいると少しだけ動けるようになってきたのでなんとか診察と検査をすることができました。手足の麻痺はありませんでした。「左の聞こえ、特に低い音の聞き取りが悪いですね。耳鳴りはゴーっという低い音ではありませんか？」確かにBさんの耳鳴りは左耳で、左耳の詰まった感じもあります。
11. 「眼の揺れを見てみましょう。そのまま頭を動かさないでいてください。」すると、頭を動かさずにじっとしていても眼振が起きているのが分かりました。
12. 診断は・・・
13. Bさんの病気はメニエール病の可能性があります。メニエール病はめまい発作と低音域から始まる難聴と耳鳴り、そしてそれを繰り返すことで診断される病気です。繰り返すことが診断基準に入っているため、今回初めて症状が出現したBさんはまだメニエール病の疑いということになります。検査では先ほどご覧いただいた難聴や眼振が見られることが多いです。ストレス病として知られてもいる病気です。それほど頻度が多い病気ではありませんが、調べてみると有名人でもこの病気にかかっている人が見つかります。
14. メニエール病の原因は内リンパ水腫です。また内耳の図が出てきました。内耳の中には液体が詰まっており、その液体も膜で隔てられて内リンパと外リンパに分けられます。図の黒いところが内リンパの入った部分です。ストレスなどをきっかけに内リンパの部分が水ぶくれになり症状が起こるとされています。右の図はメニエール病の内耳を薄くスライスして観察したものですが、本来点線部にあるはずの膜が内リンパ水腫によって膨らみ左側にきているのが分かります。
15. 「治療ですがストレスを避け、疲れたら無理をせず休むようにしてください。有酸素運動もいいといわれています。メニエール病に効く薬ですが非常に苦く不味いという人が多いです。飲みやすくするためにいろいろな工夫があるので自分に合った飲み方を見つけてください。また、なかなか症状が治まらない人には手術という方法もあります。」
16. Bさんは生活指導を受け、内服を続けたところ、めまいの発作は以前に比べてだいぶ少なくなり、仕事に支障をきたさないほどになりました。Bさんは耳鼻科に質問してみました。「内耳が水ぶくれになっているのは確認できるのですか？」「最近はMRIで内リンパのむくみを確認できるようになってきています。MRIで調べてみましょう。」
17. 実際にMRIに写った内リンパ水腫を見るとこのようになっています。図の黒い部分が内リンパの部分です。正常であれば黒い部分はほどんど目立たないのですが、内リンパ水腫で腫れることで黒い部分が拡大します。
18. 続いて最後の患者さんです。Cさんは市内の病院に勤務する看護師。子供のころおたふくかぜをきっかけに片方の耳がほとんど聞こえなくなってしまいましたが、その時の経験が看護師という職業に興味を持ったきっかけとなりました。仕事はやりがいもあって毎日充実していましたが、近ごろ突然激しいめまいに襲われることが何度かありました。Cさんは職業柄、医学知識もあり「最近忙しく働いていたし、もしかしてメニエール病になったのでは？」と考え、自分の勤めている病院の耳鼻科を受診してみました。
19. 耳鼻科にて「先生、最近よくめまいがするんですけど、なんだかメニエール病の特徴に当てはまる気がするんです。突然ぐるぐると回るようなめまいが何度かあって・・・。」

どれどれ・・・

1. 聴力検査を見ると左の耳が悪くなっていますね。耳は急に悪くなったのですか？

Cさんは左の聞こえは子供のころからであることを伝えました。

「あと、めまいがした時の眼振をスマホで撮ってきたんです。」

1. めまいが起きているときの目を見ると確かに眼振が出ています。メニエール病のBさんの時と同じ揺れ方をしています。
2. 診断は・・・
3. 遅発性内リンパ水腫が考えられます。これは感染や外傷などの原因による、あるいは原因不明の高度の難聴の先行があり、数年ないし数十年の長期間の後にメニエール病様症状（内リンパ水腫様症状）を呈する病気です。悪くなった方の耳に症状が出ることもありますが、良いほうの耳に症状が出ることもあります。
4. 原因は今のところ不明ですが、長い年月を経て高度感音難聴耳の内耳で内リンパ水腫が生じ、内リンパ水腫によりメニエール病のようなめまい発作が起こると推定されています。
5. どのような治療があるでしょうか。こちらも原因は違うもののメニエール病と同じ治療で内耳の水ぶくれをとることになります。
6. Cさんは飲み薬によって以前に比べて大きなめまい発作はかなり減り、その後も問題なく仕事を続けることができている。
7. まとめです
8. 今日紹介した病気は、良性発作性頭位めまい症、メニエール病、遅発性内リンパ水腫でした。
9. 今回紹介した患者さんはすべて架空の人物ですが、それぞれ特徴的なエピソードとして紹介しました。

それぞれの詳しい特徴などは覚えきれなくても、耳が原因で起こるめまいがあるということを知っていただければ大丈夫だと思います。

もちろん脳梗塞でめまいが起こることもあるのでめまいを起こした際はしっかり病院で診断をしてもらってください。