

なでしこ沢選手も発症 良性発作性頭位めまい症

三半規管に耳石 目回る

サッカー女子日本代表の沢穂希選手が発症し、国際大会を欠場して話題となった「良性発作性頭位めまい症」。めまいが生じる病気で最も患者が多いという。広島大病院(広島市南区)の耳鼻咽喉科頭頸部外科、工田昌也診療准教授は「深刻な症状に至りにくい、怖い病気が潜んでいることもある。症状が出たら受診を」と呼び掛ける。

(松本大典)



眼振を見る器具を手に治療法を説明する工田診療准教授 (広島市南区の広島大病院)

広島大病院工田診療准教授に聞く

工田診療准教授によると、この病気は、寝たり、起きたり、高い所を見上げたりするとき、頭を動かした瞬間に生じる。目の前がぐるぐる回る回転性のめまいが長くて1分ほど続き、吐き気を催すこともある。

症状が長引くメニエール病などに比べてなじみは薄いが、実はめまい患者の4、5割を占める。女性が男性の約2倍と多く、中でも更年期を迎える40、50代で目立つ。

多くの場合、1、2カ月で自然治癒する。再発率も1割前後と高くない。怖いのは、小脳出血、梗塞など脳に原因がある「悪性」の症状と見分けがつきにくいこと。工田診療准教授は「取り返しのつかないことにならないよう、一度は受診した方がよい」と、めまいの原因を総合的に調べられる耳鼻科を勧める。

良性発作性頭位めまい症のメカニズム



(工田診療准教授提供)

めまいを引き起こすのは、内耳の前庭と呼ばれる器官に存在する多数の耳石。炭酸カルシウムの小さな石で、剥がれ落ちたものが、頭を動かした弾みで体の回転を感じる三半規管に入り込み、目が回る。更年期の女性は、女性ホルモンの減少によりカルシウム不足で耳石が剥がれやすくなるとみられている。

なぜ耳石が剥がれるのか。6、7割は、その原因がはっきりしない「特発性」。それ以外は頭部外傷

めまい患者の4、5割占める

や中耳、内耳の手術などにより剥がれる例がある。沢選手も、ヘディングや他選手との接触が発症につながった可能性もなくはない」と工田診療准教授。

診断は「目を見ればはっきりする」。診察室で患者の頭を傾けるなどしてめまいを引き起こし、特殊な器具を使ってのぞくと、「眼振」と呼ばれる独特の動きがみられる。メニエール病にも特有の眼振がみられ、眼振の種類で明確に区別できるといふ。

三半規管は三つの半規管で構成されており、眼振の検査では耳石がどの半規管にあるかも見当を付けられる。その上で患者の頭を左右前後に傾けながら耳石を元の場所に戻す「頭位交換療法」を施すと、治療までの期間を1、2週間に短縮できる。工田診療准教授は「1回ですっきり治る患者もいる。寝返りをよく打つ人はなりにくく、横になって頭を動かすことを意識すれば予防につながる」と話している。

安心・安全