



# くすりと健康

一般社団法人  
神戸市薬剤師会

## めまい

皆さん一度はめまいに襲われたことがあるのではないのでしょうか？めまいの症状はさまざまで、自分または周囲がグルグル回って感じる「回転性めまい」、頭がふらふらしたり体がふわふわした感じでふらついたりする「動揺性めまい」、立ちくらみもめまいのひとつです。

めまいを起こす病気はたくさんあります。有名な病気は「メニエール病」で、耳鳴りや難聴を伴って回転性めまい発作を起こし、吐き気などの胃腸障害を起こすこともあります。発作を繰り返してメニエール病が進行すると聴力が障害されて、発作を起こしていなくても耳が聞こえにくくなってしまうこともあります。原因は体のバランスをとっている器官である内耳というところのリンパ液が増えすぎて腫れるために起こると考えられています。有名な

病気で、めまいはメニエール病とされている方もおられますが、めまいのうちメニエール病である頻度はそんなに高くありません。

めまいのうち頻度が高いのが、「良性発作性頭位めまい」です。このめまいは、頭の位置を変えると回転性めまいだけを起こし、耳鳴りなどの症状はありません。原因は、体のバランスをとっている三半規管に耳石せきが入って、頭を動かすと一緒に耳石が動き、めまいを起こすと考えられています。このめまいは、放っておいても自然に治ることが多いようです。

ほかに、内耳と脳を結ぶ神経に炎症が起こる「前庭神経炎」で、突然吐き気を伴って激しい回転性めまいが起こります。耳鳴りなどの症状はなく、めまいは数日間続き、その後徐々に治まりますが、ふらつきはしばらく残ります。ウイルス感染が原因ではないかと考えられています。

脳梗塞や脳出血、脳腫瘍でもめまいが起こることがあります。これらのめまいでは、手足のしびれやろれつが回らないなどの症状を伴うことがあり、特に激しい頭痛を伴う場合は注意が必要です。

めまいの治療には、脳や内耳の血流を増やす薬が使われます。めまい以外にも吐き気があったり、不安感がめまいを悪化させたりするので、吐き気止めや抗不安薬も使われます。ほかに、内耳の増えすぎたりリンパ液を減らす薬や炎症を抑える薬も使われたりすることもあります。

日常生活では、お酒を控えめに、バランスの良い食事をとる。睡眠をしっかりとる。ストレスをためない。これらに注意をしてめまい発作を起こしにくくしましょう。

(北区 薬局エビラファーマシー

松本 博志 先生)