

# 良性発作性頭位めまい症



頭の位置が変化（動く）ことにより回転性のめまいが起こる病気です。  
めまいの原因で最も多いですが良性のため、命に関わる病気ではありません。



## 原因

鼓膜の奥にある「<sup>じせき</sup>耳石」の一部が剥がれ落ち、三半規管に影響を与えることで起こると言われています。剥がれ落ちる原因としては、何らかの理由で頭を打つなどの衝撃を受ける。  
または、高脂血症のような血流障害や骨粗しょう症のようなカルシウムの代謝障害も関係しています。

## 症状

- 特徴
- ・耳の症状（耳鳴り・難聴）がないこと。
  - ・症状のきっかけが頭をある特定の位置に動かすと起こること。  
例えば：起床時／寝返りを打った時／洗濯物を干すために頭を上げる時 など。
  - ・めまいの自覚時間が数秒～数十秒、長くても2分以内とほかのめまいを起こす病気より短いこと。

## 検査

### 眼振検査

赤外線 CCD カメラを用いて、頭の位置をかえることにより眼振（目の動き）の方向が変わることを確認します。

### 聴力検査

聴力に変化がないことを確認するために聴力検査を行います。聴力に変化がある場合は、突発性難聴、メニエール病などの別の病気を考慮します。



### 重心動揺検査

脳出血など頭蓋内病変に関連してめまいが生じることもあるため、機能障害の有無を調べます。

### 血液検査

血流障害の有無を調べます。

## 治療

**薬物療法**：自立神経症状（倦怠感・気分不快・頭痛など）が強い場合に処方されます。

- ・メリスロン（ベタヒスチンメシル）
- ・ユベラN（トロフェロールニコチン酸エステル）
- ・アデホスコワ（アデノシン三リン酸ナトリウム）
- ・半夏白朮天麻湯（漢方）  
はんげびやくじゅつてんまとう

**運動療法**：浮遊耳石を元の位置に戻すという対処療法です。

じっとしていると返って治りにくいので、吐き気等が無い場合は周囲に気をつけながら、寝返りを繰り返す。

## 予後

良性という言葉が付いているように、治療しなくても約2週間～1か月で概ね治癒すると考えられています。個人差にもよりますが、2か月くらいかかることもあります。

（その間、強いめまいが続くわけではなく、だんだんと弱くなって消えてゆくことが多いです）。

再発する可能性があります。