

良性発作性頭位めまい

以下、“良性発作性頭位めまい”について説明いたします。

頭の位置や、体位の急激な変動によっておこるめまいを、“良性発作性頭位めまい”といいます。

例えば、「右を下にしてねる時」・「寝返りをうった時」・「仰向けに寝ようとした時」・

「美容院などで、洗髪をしようとして、急激に上を向いた時」等に、急激に起きる、回転性のめまいのことで、普通は20秒以内に自然に消失します。

他のめまいの病気のように、耳鳴りや、吐き気はともないません。

30才から50才位の壮年期に多いといわれています。

ストレス、疲労、睡眠不足が誘引になるといわれています。

女性の場合はほとんどが既婚の家庭婦人のようです。

治療には、抗めまい剤や、血液循環剤を使用いたします。

急性期には、めまいを起こす頭位をとらないように気をつけてください。

踏み台やハシゴにのって、高い所の物を取ったりしないでください。危険です。

電車のホームの最前列には立たないでください。転落事故が危険です。

車や自転車の運転は危険です。

急性期を過ぎたら、積極的に運動をすることも重要です。運動療法といえます。

長期間、発作をくりかえすようでしたら、他のめまいの病気との鑑別が必要なこともあります。その時には、精密検査が必要です。

矢野耳鼻咽喉科 医学博士	藤沢市善行 1-25-11 日本耳鼻咽喉科学会専門医 日本耳鼻咽喉科学会専門医 日本耳鼻咽喉科学会専門医	8 1 矢野 矢野 矢野	3 5 4 1 潮 ゆかり さゆり
-----------------	---	-----------------------	----------------------------