

良性発作性頭位めまい症は、  
日本代表の女子サッカー選手が  
発症したことでも有名になりました。  
が、めまいを引き起こす病気  
のがで、最も多いものの一つ  
です。寝返りや、寝たり起きた  
りする時に、頭の動きに伴って  
天井がグルグル回る感覚のま  
いが発症します。じっとしてい  
ると、めまいは数分でおさまり  
ますが、頭を動かすと、また、  
めまいが起ります。人によっ  
ては、天地がひっくり返るよう  
な感覚のめまいに襲われて、吐  
いてしまうこともあります。  
この病気は、耳の奥の内耳の  
なかにある耳石のカケラがはが  
れ落ちて、三半規管のなかに入  
り込むと発症します。寝起きや  
寝返りで頭を動かすと、その動  
きで耳石のカケラが三半規管の  
なかを移動して刺激し、それが  
原因でグルグル回るめまいが発  
症するのです。

良性発作性頭位めまい症は、  
ベッドで寝ている時などに発  
症することもあります。

## 高齢者に多い頭位めまい症



徳島大医学部  
武田 憲昭教授



どちらかといふと高  
齢者に多い病氣で  
す。老化によって耳  
石のカケラが剥がれ  
落ちるくなるから  
です。女性に発症し  
やすい特徴もありま  
す。一方、頭をぶつけた後や、病氣で長  
くベッドで寝ている時などに発  
症することもあります。

良性発作性頭位めまい症の診  
断には、耳鼻咽喉科で平衡機能検査を受  
ける必要があります。診察室のベッド  
の上で、特殊な眼鏡をつけて頭やからだ  
を動かす検査で、眼振という目の動きを  
調べると診断できます。この検査中には  
めまいが起こることがあります。診断に  
不可欠な検査なので、怖がることはあ  
りません。

良性発作性頭位め

まい症は、耳石置換

法という少し変わつ

た方法で治療しま

す。これは医師が患

者の頭を上手に回転

させ、耳石のカケラ

を三半規管の外に排

出させる治療です。

1回の治療ですか

り治ってしまうこと

もありますが、繰り

返して治療を行う場

合もあります。

日本耳鼻咽喉科

学会の耳鼻咽喉科専門医、また

は日本めまい平衡医学会のめ

い相談医を受診するとい

う。治ってしまった後も、

つも右あるいは左と決まつた方、い

は再発しやすいので、注意が必