

耳鳴り

この病気 この治療



広島大病院
耳鼻咽喉科診療科長
平川勝洋さん

「どのような症状ですか。患者さん本人だけに音

できる「他覚的耳鳴り」に分かれます。大半の患者さんは自覚的耳鳴りです。音は、金属音の「キーン」やセミが鳴くような「ジーン」、「ゴゴ」などさまざまです。睡眠不足やストレス、疲れがたまっていると、強く感じる場合があります。周囲が静かな寝入る時間

い、耳鳴りから意識をそらせる訓練をします。安心感を与えるためのカウソセリングも行います。機器を外しても耳鳴りが気にならなくするのが最終目標です。ただ、治療の過程で、小さな音を聞く必要があるため、難聴が重い患者さんには向きません。

「一方で、他覚的耳鳴りの場合、聴力は正常です。のどや耳の周辺の筋肉がピクピク動いたり、太い血管を血液が流れる音が聞こえることが原因です。」

他覚的耳鳴りは、筋肉のけいれんが原因の場合には、神経内科で治療を受けるとよいでしょう。中耳にできた良性腫瘍の中を流れる血液の音が聞こえているケースもありますので、注意が必要です。一予防できますか。

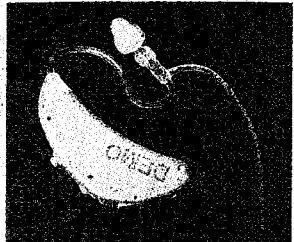
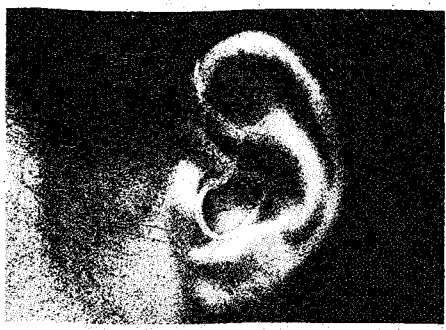
難聴や大音量が原因 最新療法TRRT注目

不快な音に悩まされる耳鳴り。人口の約1割が症状を訴え、深刻に悩む人も多いという。広島大病院(広島市南区)耳鼻咽喉科の平川勝洋診療科長(56)に、症状や治療法について聞いた。(治徳貴子)

が聞こえる「自覚的耳鳴り」と、聴診器などを使えば他人でも聞くことが

帯や寝起きによく聞こえます。仕事を手につかなくなったり、不眠になったりすることもあります。何かに集中していると聞こえないこともあります。

「耳鳴り」についての質問・相談を募集します。郵便、ファクス082(261)5828、メールkurashi@chugoku-np.co.jp、中国新聞文化部(この病気)の治療係まで。29日締め切り(必着)。掲載は匿名ですが、住所、名前、年齢、性別、連絡先を明記してください。



④TRRTの治療を受けている患者の耳。装着した機器から耳鳴りよりも小さな音を聞き続ける⑤TRRTで使う装置

原因は、耳鳴りを感じる人の8割は難聴があるとされます。加齢とともに徐々に聴力が衰える老人性難聴、ある日突然聞こえにくくなる突発性難聴、内耳によくない薬剤の影響

「自覚的耳鳴りの治療には薬物療法があります。ビタミン剤や循環改善剤、睡眠導入剤、抗不安薬などをいくつか組み合わせる処方し、症状が最も和らぐ組み合わせを探して服用してもらいます。最新治療として注目されているのが「TRRT」と呼ばれる理学療法です。装置を耳に付けて耳鳴りよりも少し小さな音を継続的に聞いてもら

耳鳴り

Q&A特集

この病気 この治療



耳鳴り（1月20日掲載）に関して、読者から多数の質問と相談が寄せられた。広島大病院耳鼻咽喉科の平川勝洋診療科長（57）に回答してもらった。

（治徳貴子）

頭の中でジージーと音

いろいろな薬試して

△問い▽夕方になると耳鳴りがします。天気が悪く、頭の中がジーンと音がし、気分が重くなります。夜は寝ていても耳鳴りが起きていると思われ、完全に止めるのは難しいです。三原市・女性・77歳

耳鳴りが起きていて、完全に止めるのは難しいです。いろいろな薬を試してみましたが、効果はほとんどありません。薬は、止めるのではなく、「気にならないうようにしてくれ」と思っています。長く付き合っているつもりです。どうか、助けてください。

症状は24時間睡眠薬処方

睡眠不足は悪化の要因

△問い▽造船所で長い間働いていましたが、作業の音がものすごく、騒音性の難聴になり、耳鳴りもありました。耳鳴りの症状は加齢につれてひどくなり、ある程度はなれたものの、24時間鳴りつづいています。現在は睡眠薬などを処方してもらっています。現在、睡眠薬を飲んで眠れるのはよいことです。耳鳴り

を完全に止めるのは難しいので、ある程度までは、なれるしかないかもしれません。剣道のせいとあきらめ、防具を通し振動体質も

防具を通し振動体質も

△問い▽難聴と耳鳴り、頭が振動が伝わって起きている感じがします。剣道をするのが好きで、防具を通し振動が伝わっている感じがします。剣道をしていても誰かが難聴になるわけではないので、体質もあるのではないかと感じています。私の症状も耳鳴りです。どうか、助けてください。

頭が振動が伝わって起きている感じがします。剣道をするのが好きで、防具を通し振動が伝わっている感じがします。剣道をしていても誰かが難聴になるわけではないので、体質もあるのではないかと感じています。私の症状も耳鳴りです。どうか、助けてください。

△問い▽睡眠不足は耳鳴りを悪化させるので、睡眠薬を飲んで眠れるのはよいことです。耳鳴り

△問い▽睡眠不足は耳鳴りを悪化させるので、睡眠薬を飲んで眠れるのはよいことです。耳鳴り

徹夜勤務などで睡眠の周期が乱れた状態が続くと、とつぎの時に反応するまでの時間が普段の何倍もかかるようになる。この研究結果を米国の研究チームがまとめ、米医学誌サイエンス・トランスレーショナル・メディシンに発表した。20〜30代の男女で実験。体内時計と生活リズムが一致しないのが理由で、合間

睡眠周期の乱れ 瞬時の反応低下

米国の研究チーム発表

に「寝だめ」をしても影響が蓄積することも判明。長距離ドライバーは特に注意が必要だ。チームは、33時間起きていた後で10時間眠る生活を3週間続けたグループと、1日8時間の睡眠を取ったグループを比較。前者は実験が進むにつれて、行動テストの反応速度が遅くなることになった。

他人にも聞こえる

「他覚的」の疑い 詳しい検査必要

△問い▽約1年半前に、左耳が聞こえにくくなり、耳鼻咽喉科で突発性難聴といわれました。その後、耳がポコポコいうようになり、音は隣の人にもはっきりと聞こえるようになりました。しばらく横になってい

り聞くことができず、「他覚的耳鳴り」の可能性が疑われます。突発性難聴とは直接には関係ないと思われ、神経や筋肉の病気が原因で起きている可能性があります。

健康食品に書は

確定的効果不明 過剰摂取に注意

△問い▽2、3年前から耳鳴りがひどく、整体、指圧などをやってみましたがよくありません。ある本で「耳鳴りが治った」と書いてあった健康食品

△問い▽2、3年前から耳鳴りがひどく、整体、指圧などをやってみましたがよくありません。ある本で「耳鳴りが治った」と書いてあった健康食品

△問い▽約1年半前に、左耳が聞こえにくくなり、耳鼻咽喉科で突発性難聴といわれました。その後、耳がポコポコいうようになり、音は隣の人にもはっきりと聞こえるようになりました。しばらく横になってい

（呉市・女性・73歳）