

★耳の症状とともにおこるめまい

耳鳴りや耳の詰まった感じとともに突然おこる回転性のめまいが、**くり返し**おこる病気で、めまいが激しいと吐き気を伴うこともあります。めまいは数十分から数時間で治まります。回転性のめまいが多いのですが、フワフワするとか、ふらつくという人もいます。しびれや麻痺などの症状はおこりません。

発作がない時はめまいはおこりませんが、耳の症状は発作をおこすたびに悪くなることもあります。

★原因は内リンパ水腫

内耳のリンパ液が増えすぎたこと(内リンパ水腫)で、耳鳴りや難聴、めまいがおこると考えられています。

★治療の中心は薬物療法

内耳の血流を良くしたり、神経の障害を修復することで症状を抑えます。難聴に対して一時的にステロイドを使うことがあります。

★規則正しい生活が重要

メニエール病は気圧や天候の変化を受けやすいといわれます。また、過労や睡眠不足などで体調が悪化したり、ストレスがたまると発作がおこりやすくなります。

ふだんから過労や睡眠不足、ストレスを避けるとともに、こうした前ぶれがある時は次のようなことも再発の予防になります。

- 仕事、家事は程々で切り上げる
- 高いところでの作業、車の運転をしない
- 遠出や混雑したところへの外出を避ける
- 睡眠、休養を十分にとり、付き合い酒、夜更かしをしない






食事は内リンパ水腫を防ぐ意味で、塩分を取り過ぎないようにします。タバコは止め、酒は飲み過ぎないようにします。生活のリズムを整えることも大切です。

自覚症状のある方は、早めに医師の診察を受けることをお勧めします。

処方せんの使用期間にご注意ください

処方せんの使用期間は、**交付の日を含めて4日以内**です。これには、休日や祝日が含まれますので、処方せんの使用期間が過ぎないようにご注意ください。使用期間の過ぎた処方せんは使用できませんので、改めて診察が必要になります。

処方せんは、早めに調剤薬局に出しましょう。

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～ 12:00						
14:00～ 18:00				休診		休診