



めまいとお薬について

みなさんは、「めまい」に悩まされたとはありませんか？自分自身や周囲が動いていないにも関わらず、体のバランスを保つ三半規管・耳石器という部位に問題があることで、身体のバランスを保つ機能（平衡機能）を失った不快な状態のことをめまいと言います。今回は、そんなめまいについてお話ししたいと思います。

○めまいの特徴と原因は？

一口に「めまい」と言っても、「内耳や前庭神経の異常」から起こってくるもの、「脳の病気」によって起こってくるものなど、原因は様々です。まためまいの症状も原因によって異なります。

①回転性めまい

平衡機能の異常により起こり、急に自分自身や周囲がグルグル回っているように感じます。また、悪心・嘔吐や難聴や耳鳴りなどを伴うことがあります。耳の異常が原因の多くですが、脳の異常でも起こります。代表的な原因として、メニエール病や突発性難聴があげられます。

②浮動性めまい

フワフワ揺れているように感じ、まっすぐ歩けなかったり姿勢を保てなかったりします。頭痛やしびれや運動麻痺などを伴うことがあります。多くは脳の異常で起こります。代表的な原因として、脳梗塞や脳出血、脳腫瘍などがあげられます。

③立ちくらみのようなめまい

立ち上がるとクラっとしたり目の前が暗くなったりします。失神を伴うことがあります。代表的な原因として、起立性調節障害や不整脈などといった血圧の変化に関わる全身性の病気があります。

しかし、はっきりとした原因が分からないめまいも多く、ストレスや寝不足などが原因となっている場合も少なくありません。



〇めまいに使用するお薬は？（院内・院外採用薬）

めまいの発作に対し、抗めまい薬や脳の循環じゆんかんを改善する薬などを使って症状を抑えます。

また、不安感が大きいときは抗不安薬を使うときもあります。

①抗めまい薬（メリスロン錠、ジフェニドール錠、メイロン注）

⇒メリスロン錠は脳や内耳の血液や内リンパの流れを良くします。ジフェニドール錠は平衡感覚に関わる神経の働きを調整したり首から脳への血流量を増やしたりします。また、めまいの急性期に注射薬のメイロン注が使用されます。

②循環改善薬（アデホスコーフ顆粒、カルナクリン錠）

⇒アデホスコーフ顆粒は、脳や内耳の血流量を増やしてエネルギー代謝を活発にします。カルナクリン錠は内耳の血管を広げて血流を良くします。

③浸透圧利尿薬（イソバイドシロップ、メニレットゼリー）

⇒浸透圧を利用し内耳の内リンパ圧を下げ、内耳のむくみを取ります。

④H₁受容体拮抗薬（トラベルミン）

⇒めまいや嘔吐おうとに関わる神経の働きを抑えます。

また、吐き気止め（メトクロプラミド錠やナウゼリン錠）や抗不安薬（ホリゾン錠やエチゾラム錠）、その他ビタミン剤（メチコバル錠）・ステロイドも使います。

〇めまいの予防は？

めまいは、実は生活習慣が原因という場合が多く、生活リズムが乱れたり、ストレスがたまったりすると起こりやすくなります。そのため、以下のようなことに気を付けるようにしましょう。

- 〇規則正しい食事や睡眠すいみんを十分にとるなど、生活のリズムを整えましょう。
- 〇アルコールやタバコを控えるようにしましょう。
- 〇ストレスをためないよう気分転換きふんてんかんをしましょう。
- 〇定期的に適度な運動やストレッチをしましょう。



～お薬のことでご不明な点やご不安な点がある場合には、医師又は薬剤師までご相談ください。～