

## Q この半年、耳鳴りがつづいている

この半年、左耳だけ「キーン」と高い音の耳鳴りがします。とくに、夜ふとんに入って寝ようとするとき大きくなり、気になって眠れないこともあります。昼間はそれほど気にならないのですが、電話に出たときなどに左耳の聞こえが悪い気がします。これは耳鳴りと関係あるのでしょうか。耳鳴りの原因と治療法を教えてください。

●29歳/女性/栃木県

## A まず原因を調べる検査を。原因不明の耳鳴りはやわらげる治療法も

耳鳴りは多くの方が悩んでいる病気で、耳鼻咽喉科の病気のなかでも治療がもっとも難しいものの一つです。耳鳴りには、「他覚的耳鳴り」と「自覚的耳鳴り」があります。他覚的耳鳴りは、聴診器などでほかの人も耳鳴りを聞くことができ、咽頭や口蓋の筋肉の異常運動や脳血管の腫瘍や奇形などが原因です。一方、自覚的耳鳴りはほかの人には聞こえないもので、ほとんどの耳鳴りはこれに当てはまります。耳鼻科の病気に伴う耳鳴りには、下の表のように「外耳性耳鳴り」、「中耳性耳鳴り」、「内耳性耳鳴り」があり、

これに加え聴神経腫瘍という脳腫瘍の一種がまれに存在します。これらの耳鳴りは、相談者のように難聴を伴うことが多いのが特徴です。

また、耳鳴りにはこれ以外にも、全身的な病気に伴う耳鳴りもあり、高血圧などの循環器障害、甲状腺機能亢進などホルモン異常、ビタミン欠乏、糖尿病などの代謝障害、うつ病などの心因性の病気などが原因のこともあります。

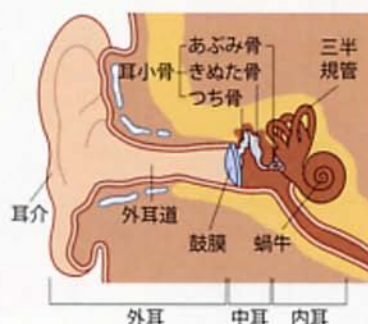
診断にはまず、聴力検査が必要です。さらに、症状が持続する耳鳴りや症状が進行している難聴がある場合は、CTやMRIなどによる検査も必要です。そのうえで耳鳴りをおこしている原因疾患が明らかになれば、その治療をします。中耳炎や聴神経腫瘍などは、手術で原因を取り除きます。一方、原因がわからない場合は、難聴は治らなくても、気になる耳鳴りをいっしょに小さくして、日常生活の妨げにならないようにしておくことが耳鳴り治療のおもな目的なので、薬物療法が行われます。薬物療法では、代謝改善剤、循環改善剤、ビタミン剤、血管拡張剤、抗けいれん剤、漢方薬などの内服や、耳鳴りによる不安や不眠が強い人は、精神安定剤や睡眠薬の内服をすることもあります。こうした治療に加え、定期的に聴力検査を受けて聴力の変化をみることも大切です。

日常生活では、耳鳴りの原因を問わず睡眠不足や過労ぎみのときは耳鳴りが強くなるので、ゆっくり休養をとることが大切です。耳鳴りは外界の音で遮断されるので、気になるときはBGMを流すとよいでしょう。

### 耳鼻科の病気が原因の耳鳴り

耳鳴りの種類	原因となるおもな耳鼻科の病気	難聴の種類
外耳性耳鳴り	耳垢栓塞、外耳道異物、外耳炎、外耳道真菌、外耳道狭窄など	伝音性難聴
中耳性耳鳴り	急性中耳炎、慢性中耳炎、耳管狭窄症、滲出性中耳炎、航空性中耳炎、真珠腫性中耳炎など	
内耳性耳鳴り	突発性難聴、メニエール病、音響外傷、騒音性難聴、老人性難聴など	感音性難聴

耳鳴りの原因はさまざまですが、耳鼻科の病気に伴う耳鳴りには、外耳性耳鳴り、中耳性耳鳴り、内耳性耳鳴りがあり、難聴を伴うことが多い。難聴には、鼓膜や音を伝える骨の異常による伝音性難聴と、内耳の神経や聴神経そのものの障害による感音性難聴がある。



笠井耳鼻咽喉科クリニック自由が丘診療室院長(東京都)  
笠井 創