

耳鳴り（自覚的耳鳴り）

鍼灸師 榎本 守

耳の奥や頭の中でキーンとか、ザーとか、ピーなど何やら気になる音を感じ悩まれている方は少なからずいらっしゃると思いますが、このような症状を一般的に耳鳴りと言います。耳鳴りは、「周囲の音とは関係なく何らかの音を感じる事」と意外に単純な定義で、大昔から存在する古い主訴でもあります。また、現在でも65歳以上の方の30パーセントに耳鳴りの経験があるという統計があるほど多くの方が悩まれています。上記の様に定義は単純ですが、その原因は多岐にわたり、症状も個人々により違いますので症状が出たらご自身の耳鳴りのタイプを正確に把握することから治療が始まります。

それでは何故、耳鳴りが起きるのでしょうか、それはその原因のほとんどが内耳にあります。内耳には音を感じ取る器官（蝸牛）と、バランス感覚を感じる器官（三半規管）で構成されています。蝸牛はカタツムリのようにうずまきの先端に行くほど細くなっていく構造でしかも内と外との二重構造になっています。そして、この内と外にはそれぞれリンパ液が充満していて互いに圧力の均等を保っているのです。この圧力の均等が何らかの原因で不均等になった時に蝸牛の中に無数に存在する、音を感じ取る毛のような有毛細胞を刺激して、この刺激が脳に伝わり聞こえてもいない音を音として認識してしまう結果、耳鳴りを感じてしまいます。また、蝸牛と三半規管はそれぞれつながっているため圧力の不均等が起きるとバランス感覚を感じる三半規管の内壁も不正確な情報を受け取ってしまい、その情報を脳に送ってしまう事でめまいを感じてしまいます。このことは、耳鳴りとめまいが同時に起こりやすいということを示します。それでは、どのような治療があるのでしょうか、通常は投薬治療で、循環改善剤・ビタミン剤などが処方され、首や肩が凝る場合は筋緊張を改善する薬や、うつ状態がある場合は抗不安剤が処方されます。また、耳に直接ステロイド剤や麻酔薬を注射する療法もありますが、今のところ確実な方法はありませぬので、耳鳴りがしていても感じづらくする治療や生活指導がメインになるかと思えます。

当院での耳鳴り治療は、後頭部と後頸部の境目に鍼を打つ項鍼術（こうしんじゅつ）を中心にした方法で対応しています。また、この治療はめまい症状にも使用しますが、耳鳴りと合併しやすい難聴には成績があまり良くありません。

通常、耳鳴りに気が付いたら耳鼻科を受診し、耳管狭窄症や内耳炎、脳動脈硬化症や高血圧症などの明らかな原因がある場合もあるので、かならず他の病気がないことを確認しなければなりません。そして、他の危険な病気がなく上記のような症状が起こっている場合は耳鳴りの原因が取り除かれても脳内で音が鳴っていると錯覚してしまう、耳鳴りの回路が脳に作られる前に、早期に様々な治療法を試された方が良いでしょう。また、すでに慢性化してしまった耳鳴りについては、内耳循環を確保するように後頸部の血流を良くする治療法をお勧めいたします。

<http://horaido.net>