

耳鳴りについて

平成 30 年 1 月放送

池田 拓生

耳鳴りを訴えられる患者さんの大きな疑問は、2 つだと思います。1 つは「耳鳴りの原因は何でしょうか」もう 1 つは「耳鳴りは治るのでしょうか」です。結論から話しますと「ほとんどの耳鳴りは原因不明で、治りません」となると、今回の話はおしまいになってしまいますが、もうしばらくお付き合い下さい。

原因のはっきりした耳鳴りもあるので、まずそちらから…急に聞こえが悪くなった場合、例えばコンサートなどで大きな音を聞いたあとの音響外傷、あるいは突発性難聴やメニエル病などの急性内耳障害などで生じた耳鳴りは急性の内耳障害が治れば治ります。この時の症状は、比較的若い人が、今までなんともなかったのに急に片一方の耳鳴りが生じ、聞こえにくさも伴うというのが特徴です。またみみあかでも耳鳴りを訴えられる人がいますので、今まで全く何とも無かった人が急に耳鳴りが起こった時は耳鼻咽喉科を受診して下さい。この耳鳴りは治ります

さて、もう一方の原因不明の耳鳴りですが。ほとんどの方がこの耳鳴りで困って



おられる事と思います。比較的高齢の方が多く、聴力検査をしますと加齢による難聴が認められその難聴は回復しません。耳鳴りは大きくなったり小さくなったり、周囲に雑音が多い所では気にならず、静かな所では大きく聞こえます。体調によっても左右され、疲れていると大

きくなったり、また本入が意識すればするほど気になる存在となります。逆に何かに夢中になっていると耳鳴りの存在を忘れていることもあります。

簡単に言いますと「加齢あるいは何かの原因で神経細胞の何割かが死んでしまい、残った細胞が死んだ細胞の代わりに、自分がやらなければと頑張り過ぎている状態」と説明しています。死んだ神経細胞が生き返ってくれるといいのですが無理なので、治療は難しいのです。しかし先ほど言った`何かに夢中になっていると耳鳴りを忘

れる事もある'と言う事実には治療の希望がみえると思います。まず耳鳴りの原因となった病気や聴力障害の程度を知り、不安を取り除いて下さい。そしてじっと静かな所で耳鳴りに耳をすましているような閉じこもった生活から、より積極的な活動的な生活へと切り替える。少々の耳鳴りなど気にせず、嫌わず、怖がらず、といった前向きでプラス思考の人生をおくってみて下さい。きっと耳鳴りは気にならなくなるはずです。家族や友人と会話が弾んでいるとき、あるいは趣味や仕事またはスポーツなど楽しんでいるときに耳鳴りが気になる人はまずいません。