

日野病院 病院長 孝田 雅彦

日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。



### 耳の奥に残る 静寂をさえぎる耳鳴り

「古池や 蛙飛び込む  
水の音」

音が消え去った後の深い静寂、松尾芭蕉が詠んだこの有名な句を耳にするたび、私はその静けさを心から味わえないあと残念に思います。なぜなら、いつも耳鳴りがあり、キーンとかジーとか音がしているからです。皆さんの中にもこのように耳鳴りがある方は多いのではないのでしょうか。

耳鳴りの有症率は日本人全体で約10～15%程度とされ、「高齢になるほど耳鳴りを自覚する人が増える」と報告されています。聞こえ方も主に高音性「キーン、ジー、ピー」や、低音性「ゴー、ザー」また拍動性「ドクドク、ズンズン」断続性「カチカチ」などいろいろです。

耳鳴りの多くは「聞こえの低下（難聴）」と「ストレス」が複雑に絡み合っただけで、それ自体が命を脅かすことは稀です。

耳が遠くなった分を補おうとして、脳が一生懸命に音の感度を上げすぎてしまう——そんな反応の結果です。

### 見逃してはいけない 耳鳴りのサイン

しかし、皆さんにぜひ知っておいていただきたい「注意信号」があります。もし耳鳴りが「片方だけ」から聞こえる場合、あるいは「ドクドク」と心拍に合わせて響く場合は、急いで耳鼻科または内科を受診してください。そこには、血管の異常や聴神経の腫瘍、あるいは脳卒中のサインが隠れていることがあるからです。

また、急性難聴を伴う場合は突発性難聴の可能性があり、2週間を過ぎると治療する可能性が低くなりまします。めまいや麻痺を伴う場

合もメニエル病、脳卒中の可能性があり、持続性で悪化する場合は脳腫瘍や進行性の変性疾患が疑われます。

「たかが耳鳴り」と我慢して、生活の質を落とすしてしまうのは勿体ないことです。もし10分以上続く耳鳴りが毎日あったり、めまいや聞こえにくさを伴ったりするのなら、それは耳が発しているSOSかもしれません。不安な夜を過ごす前に、まずは一度、専門医に相談してみてください。

日野病院では、4月から月曜日と木曜日の週2回、耳鼻科の診療を行います。静かな毎日を取り戻すために、私たちはいつでも準備を整えてお待ちしております。気軽な気持ちでご相談にいらしてください。

