



我的經驗

一動天旋地轉 休息後又沒事

暈眩反覆發作

原來內耳不平衡

王美祈／北市文山

第一次去看神經內科，是因為晨起伸了一個懶腰，忽然間天旋地轉無法起身。以為躺躺就好，但不動則已，一動又天旋地轉，隨之嘔吐，完全無法起床。

外子去藥房求助，買了幾粒止暈藥，吃下後不久，暈眩情況稍微好轉。當晚

睡得不錯，第二天起來，就像沒事人一樣，又可如常生活。可是暈暈乎乎的感覺就此常伴隨著我，有時走在路上還有歪斜不穩的現象。再次發作是在餐廳裡，暈眩忽然而至，當時無法站起，更別說自己走路了，外子只好將我半扶半拖

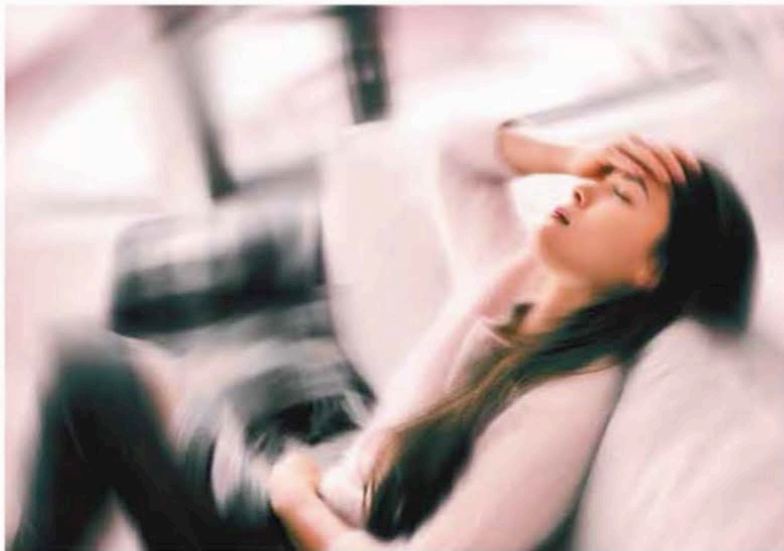
回到家中。吃了藥，休息一會兒，又像個沒事人。

這樣反反覆覆，心知身體一定哪裡出了狀況。但該看哪一科？有人說看耳鼻喉科，也有人說看神經內科，上網再查查，決定去找神經內科醫師看看。

醫師判斷應該是內耳不平衡所致，但也說不出所以。只開了止暈止吐的藥物，三個月後減少暈吐藥物，但增加一種促進腦部血液循環的藥物。然而，吃了半年，暈暈乎乎的感覺仍然伴隨。再次回診，請醫師檢查膽固醇（因有家族史），的確膽固醇偏高需要吃藥，以為找到病因，但吃了一年的藥，那暈乎乎感覺仍揮之不去。

有一天耳內忽然怪聲發作，趕緊回醫院檢查。換了一個醫師，開立了耳內循環藥物，吃了三天，那纏身已久的暈乎乎感覺居然離我而去。此時，我要求醫師停止使用腦部循環藥物，看看是不是耳內循環藥物發揮作用，讓我安定身心。果不其然，到現在暈乎乎感覺不再回來。

我平時注意醫藥與養生常識的積累，身體會跟你說話，我們要常常觀察自身狀況。很幸運地，我找到了一位不亂給藥、願意聽意見，與我討論病情的好醫師。



如果出現嚴重頭暈，可先至耳鼻喉科看診，診斷是否得了「暈眩症」。圖／123RF

專業觀點 莫名頭暈 可先看耳鼻喉科

「暈眩症」也可稱為「眩暈症」，如果出現頭暈症狀時，建議可先至耳鼻喉科看診，可以快速診斷出是否有暈眩症，才能進一步檢查是否為聽覺神經及平衡神經造成的暈眩問題。

暈眩症，大多是內耳不平衡問題造成的，看診時醫師會詢問病人症狀及病史，例如看東西、房間是否會天旋地轉，或感覺到腦部在晃動，以及發生頻率、

持續時間長短等，再進一步進行檢查才會確診。

「耳石脫落症」及「前庭神經發炎」是暈眩症常見的發生原因，兩者也會合併發生。耳石脫落症的典型症狀，常會突然一陣天旋地轉，有時平躺在床翻個身、起床時，就會頭暈，甚至有噁心、嘔吐感覺；前庭神經發炎則會影響平衡神經，像嚴重感冒病毒入侵、免疫力下

降等，都會造成前庭神經發炎，產生頭暈、耳鳴、走路不穩等症狀。

耳石脫落症屬於結構性問題，可以採取耳石復位術治療，幾天後即可好轉；前庭神經發炎則應多休息，使用末梢神經藥物治療，約一至二周即可痊癒。

諮詢／振興醫院耳鼻喉科

主治醫師張智惠

整理／記者黃妙雲