眩暈

文/耳鼻喉科 周芳如 醫師
蘇茂昌 主任

許多人都有眩暈的經驗，當眩暈發作時往往會伴隨噁心、嘔吐、盜冷汗、心悸、不平衡等令人不適症狀，多數病患會尋求就醫，但其實眩暈是一種症狀，並非一種特定疾病。人體的平衡主要是靠視覺、本體位覺和內耳前庭等三個感覺系統來維持，當平衡狀況出問題，就會有眩暈發作，所以眩暈是反應出身體疾病的警訊。對於眩暈的病人，詢問病史是最重要的，包括頭昏的性質、嚴重度、持續時間、發作頻率、有無伴隨其他症狀、加重誘因或本身疾病。眩暈症是非常複雜的，其所涵蓋範圍非常廣泛，除耳鼻喉科的疾病外，內科和神經科的疾病也常併有眩暈的症狀。眩暈病患並非每個病例都能立刻得到正確的診斷，而是需要仔細問診，加上特殊檢查，甚至需要觀察一段時間或藥物治療，才能做結論。眩暈依致病機轉可分為兩大類：末梢性眩暈和中樞性眩暈，這兩類病患在治療和預後均有很大差異，故鑑別診斷很重要。以下分別提出一些常見的末梢性眩暈疾病和中樞性眩暈疾病作介紹。

末梢性眩暈疾病

• 良性陣發性姿勢性眩暈：此病是最常見的末梢性眩暈，造成原因為耳石脫落，而漂浮在耳朵半規管的內淋巴液刺激造成。常見症狀為嚴重的眩暈，病患會有天旋地轉之感。此種眩暈會被特定姿勢所誘發，持續時間約幾秒鐘到一分鐘內，但反覆動作誘發會有疲乏現象。通常眩暈在休息過後會更加劇，所以病患會因眩暈發作而在夜晚醒來。診斷依據為詳細病史和頭位變換眼振檢查（Dix-Hallpike maneuver）有向地性眼振。此疾病如同其名，通常為良性且會自發性地在幾天或幾周後緩解，有時候此症狀會在一段時間後復發。治療方式採用耳石復位術幫助痊癒。接受耳石復位術治療後 3 至 5 天內須調高枕頭的高度，不可側睡在患側，不可抬頭看或工作，否則會影響治療效果。

• 前庭神經炎：此種疾病通常出現在上呼吸道感染後，為突發性嚴重的眩暈（天旋地轉），且頭部移動會加重眩暈。通常暈眩會持續好幾天，且合併有噁心、嘔吐和不平衡感，所以病人常會直接被送到急診室。但此病不會伴隨耳蝸方面的症狀，包括聽力喪失、耳鳴和耳悶塞感，也不會有意識喪失或其他神經學症狀。此病通常預後良好，大部分的人都會完全復元，症狀通常會在幾天後自發性恢復且緩減，而年輕病患恢復速度較老年人快。

急性發作時建議病患臥床休息、補充水分和藥物治療，但急性期過後應建議病患多下床走動，以促進身體中樞代償。

• 梅尼爾氏症：典型症狀包括波動性低頻聽力喪失、耳鳴、耳悶塞感和眩暈，上述症狀反覆發作幾次才會被診斷為梅尼爾氏症。眩暈發作與頭部的姿勢改變無關，通

常是忽然發作，眩暈持續時間不定，通常是數分鐘到數小時，很少超過一天。發病早期呈現波動性低頻聽力障礙，亦即在眩暈發作中有低頻聽力損失，但在眩暈消失後，聽力會跟著恢復，不過隨發作次數增加或病史延長，聽力損失不會恢復，反而漸漸加重。眩暈發作時，會伴隨耳鳴，甚或耳鳴加劇。另外大部分病人在眩暈發作時會伴有噁心，甚至嘔吐，診斷主要靠典型的病史。急性期的治療包括臥床休息，補充水分和藥物治療。雖然有些病人可能會自然痊癒而不再發作，但大部分病人通常會再發。注意飲食和生活習慣，如低鹽飲食、少吃刺激性食物、避免菸酒過度、睡眠充足、避免熬夜、避免過度勞累和精神壓力，對病情的控制有幫助，而減少眩暈發作。

中樞性眩暈疾病

鑑別診斷末稍性眩暈和中樞性眩暈是非常重要的，一般說來，末稍性眩暈比較沒有危險性，且大都會自然緩解；中樞性眩暈則危險性高，且不易自然緩解。眩暈的病患若有以下的神經症狀則有可能是中樞性眩暈：半身輕癱、半身感覺異常、複視、視力障礙、顏面感覺異常、吞嚥困難、呼吸困難、辨距不良、發聲困難、持續性頭痛且嘔吐非常厲害、意識改變等。

常見中樞性眩暈疾病如下:

- 偏頭痛性眩暈：診斷主要靠病史詢問，眩暈持續的時間約數分鐘到數小時，如同偏頭痛般，除頭痛外，可能會有一些先兆症狀，如視覺先兆、閃光、畏光、甚至畏懼很大的聲響。可被某些特殊情況誘發，如某些食物或感覺刺激等。急性期治療方式為症狀治療和藥物治療，並避免可能誘因。
- 椎骨基底動脈循環不全症：常見於年紀大和有心血管疾病的病患，常見症狀包括眩暈、複視、吞嚥困難、平衡失調、呼吸困難、發聲困難、肢體無力或感覺異常。眩暈持續時間不一定，從數秒到數小時，可能突然發生，也可能由於頭位改變引起。急性期的治療包括支持性和症狀治療，另外也會給抗血小板藥物。

結論

許多病患為眩暈所苦，但眩暈是一種症狀，它反應出身體疾病的警訊，一旦眩暈發作又合併有中樞症狀時，應儘速送往急診就醫。一般來說，醫師會對初診的病人進行詳細的病史詢問，如耳鼻喉的局部檢查、眼振檢查、聽力檢查、抽血、X光檢查及平衡功能檢查， 若仍有疑問時，則安排做進一步的檢查，包括血管攝影、電腦斷層或核磁共振等，以排除是否有腫瘤病變或血管異常。總之，眩暈病患需接受檢查、找出病因，治療才有效果。早期就診早期治療，最重要的是與醫師充分配合，乃為治療成功的關鍵。