



## 眩暈

「眩暈」或「頭暈」是一般人有時候會經歷到的一種症狀；覺得外界環境有一種不穩定，好像要倒下去、搖擺不定、或旋轉的感覺。病人也常常不容易描述清楚。

「頭暈」是指輕微的頭昏，就像爬到高樓往地下瞧看時，所產生不穩定的感覺，身體會傾斜，好像要掉下去的感覺；至於「眩暈」則是一種比較嚴重的頭昏，會感覺到周圍有如天旋地轉。

日常生活中，有時我們也會眩暈，如暈車、暈船；或是小孩玩團團轉的遊戲，會出現顛簸不穩、噁心、嘔吐等現象。

眩暈只是一種症狀，必須找出其根本的病因，才能作出最適當的治療。

眩暈的評估主要應著重在病史的詢問及理學檢查。透過病史的追蹤，可以找出誘發眩暈的原因及有利的治療方法；而詳細的理學檢查則可提供整體診斷有用的資訊。經由病史詢問及理學檢查，可以大致區分病人是屬於耳部、心臟血管、或腦部的疾病。

### 眩暈常見的原因

- **美尼爾氏症**：美尼爾氏症是一種內耳疾病，某種原因引起內耳淋巴產生過多或吸收不平衡造成內淋巴水腫。典型的美尼爾氏症會出現眩暈、耳鳴及波動性的聽力障礙。

眩暈的發作時間由數分鐘～數小時不等，常伴有噁心或嘔吐等現象。大部份病人會因為下列這些情況而使病情惡化或發作：熬夜或太大的壓力、吃太鹹的食物以及咖啡、巧克力、喝酒、抽菸等。因此病人必需限制咖啡因及酒精的攝取、戒菸、限制鹽份攝取；投與利尿劑也有助排除體內過多的水分，或有止暈效果。

此外，避免壓力或緊張亦是防止此病發作的基本原則。少數的病人對於藥物治療的反應不佳，可視病情而接受耳膜內藥物注射或手術治療。

- **良性陣發性頭位眩暈**：良性陣發性頭位眩暈（俗稱耳石脫落），是因為脫落的耳石隨著頭部的姿勢改變，刺激平衡感覺細胞所造成。運用「耳石復

位法」，可以將耳石移出半規管，如此一來眩暈便可以獲得改善。

- **脊椎腦底動脈循環不全**：循環障礙程度輕微時，可能只有短暫的頭昏；程度較厲害時，便會產生眩暈、視覺障礙、吞嚥困難、頭痛、講話不清楚、面頰麻木、半身無力、跌倒或意識喪失等症狀。
- 年紀大的病人若有各種中風的誘發因素，如高血壓、糖尿病等；由於血管硬化，腦部血液循環不良的關係，暈眩有可能是中風的前兆，因此更要小心檢查。
- **姿態性低血壓**：這類頭暈的特徵是和姿勢有關，平躺時好些，坐起或站立時卻暈得厲害，會站不住。可能與低血壓、貧血、低血糖或糖尿病病變有關。
- **腦部病變**：常合併有腦神經方面的症狀，如手腳無力、臉部有麻木感、吞嚥困難、胡言亂語、甚至於喪失意識等現象。此類病人絕對不可以掉以輕心，必須盡速會診腦神經科醫師，做必要的檢查。

在治療眩暈時，我們必須記得，眩暈只是一種症狀，必須找出其根本的病因，才能作出最適當的判斷與治療。

---

若有任何疑問，請不吝與我們聯絡  
電話：(04) 22052121 分機 3207  
HE-84016