



## 突発性難聴

?? 最近、自分の耳が聞こえにくいかも・・・と感じていませんか？  
もしくは、あなたの周りで「最近、耳が聞こえにくくて…」と言っている人はいませんか？  
もし、耳が聞こえにくい状態がずっと続いているのであれば、それは「突発性難聴」  
かもしれません。突発性難聴とは、突然片耳が聞こえなくなる病気です。

また、突発性難聴は、治療の開始が遅いほど聴力が戻りにくくなってしまいう病気です。

👉 そのため、耳に異常を感じたら、2日以内、できれば1週間以内、遅くとも2週間以内には必ず耳鼻科を受診しましょう。

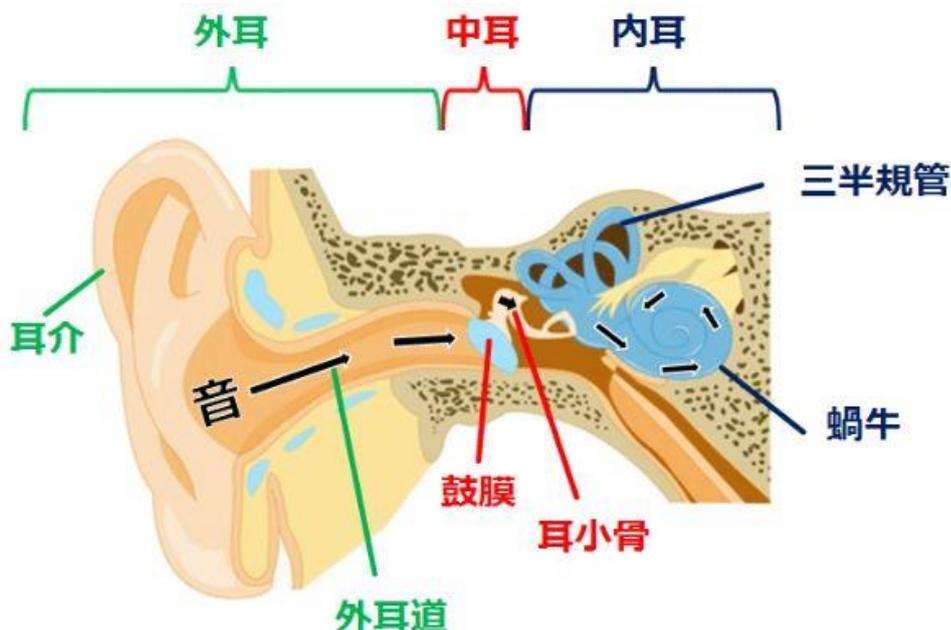
患者数は、2014年時点で年間4万人くらい。3000人に1人かかる病気なのです。

以前は50～60歳代の中高年に多い病気でしたが、近頃では若い世代にも多く発症が見られ、性別や年齢により偏りがなくなってきたようです。

👉 耳は大きく分けて次の3つの働きを行います。

- 1.周囲のさまざまな音を集める
- 2.集めた音を耳の内部へ伝える
- 3.耳の内部へ伝えた音を、脳が理解できる「電気信号」に変換する

そして、これらの働きはそれぞれの「外耳」、「中耳」、「内耳」という場所で精密に複雑な動きをします。ただ、複雑な器官だからこそ、その一部に障害が起きると、音に対して正確に認識できなくなってしまうのです。



下記の前兆があった後に耳が聞こえにくくなった場合には、突発性難聴を疑ってみましょう。

- 耳の閉塞感（耳が詰まっている感覚）がある
- 強いストレスを感じている
- 平衡感覚がおかしい（めまいがする）
- 聞こえがおかしい
- 耳鳴りがする

## ◆ 難聴の種類

### ＜伝音性難聴＞

「外耳」や「内耳」の音を伝える部分に傷害が起きている難聴  
中耳炎などの炎症が起きたり、耳垢がたまっていることで起きる

### ＜感音性難聴＞

音を電気信号へ変換する「内耳」に傷害が起きている難聴

メニエール病、運動会でスタートのピストル音を近くで聞いたり、コンサートなどで大きな音を聴いたりして起こる音響外傷性難聴、また原因がはっきりしないケースも多々ある。

突発性難聴も、内耳の神経系に傷害が起こるので感音性難聴の一種



## ◆ 診断基準

### ＜主症状＞

- 1 突発の難聴。文字通り即時的な難聴、または朝、目が覚めて気づくような難聴。  
ただし、難聴が発生した時「就寝中」や「作業中」など、自分がその時何をしていたかを明言できるもの。
- 2 高度な感音性難聴
- 3 原因が不明、または不明確

### ＜副症状＞

- 1 耳鳴りがする
- 2 めまい、および吐き気、嘔吐

### ＜診断の基準＞

確実例：主症状、副症状の全事項をみたすもの

疑い例：主症状の1.および2.の事項をみたすもの



## ◆ 突発性難聴の前兆原因

原因は、いまだはっきりとした結論は得られていません。しかし、その中でも有力なのが「ウイルス感染説」と「内耳循環障害説」です。

### ＜ウイルス感染説＞

- 突発性難聴を発症する前に風邪にかかっていた人が多い
- 突発性難聴は一度発症したら再発しない（免疫が作られるため）
- おたふく風邪やはしかなど、急な高度難聴を引き起こすウイルス疾患が存在する

### ＜内耳循環障害説＞

※「突発性難聴は再発しない」という特徴に対する説明が不足しているのが現状

- 内耳血管の痙攣や塞栓（固まってつまること）、血栓、出血などによる循環障害により内耳に機能不全が起こる
- 突発性難聴の治療方法で血管拡張剤、抗凝固剤などの循環を良くする薬剤がしばしば有効と報告されている
- 突発性難聴を発症する年齢は40～60代が多い

上記2つの説においても、なぜウイルス感染や内耳循環の障害が突発性難聴につながるかという確証は得られていません。

突発性難聴を発症した人の中には、精神的なストレスや肉体的な疲労などを感じている時期に起こったという場合も多くあり、ストレスが突発性難聴を発症する引き金となっている可能性も考えられます。



### ◆ 一般的な治療方法

一般的な治療は、安静にすることとステロイド（副腎皮質ホルモン）の投薬です。

ステロイド（副腎皮質ホルモン）は内耳に生じた炎症を抑える効果があります。

これに加えて、血管を拡張して内耳の循環を良くする「血管拡張薬」や、血液の流動性を高めて血流をよくする「血液粘度低下薬」、末梢神経の障害を改善するビタミンB12を補う「ビタミン薬」などをあわせて使います。

### ◆ 治療期間



個人差はありますが、1週間～1か月間は投薬による治療が必要になります。

完治するまでの期間は、発症から治療を開始するまでの期間や症状の内容によります。

必ずしも入院しての治療ではありませんが、症状によっては入院治療の可能性もあります。

### ◆ 一般的な費用

突発性難聴は、健康保険が適用されるため、通院治療の場合は10,000円程度が一般的です。

しかし、症状や難聴の重症度によっては入院が必要な場合もあります。その場合には、

入院の費用として10万円程度が一般的には必要になります。（※あくまでも目安です）

### ◆ 完治率

突発性難聴の完治率は「3分の1」と言われています。

 **3人に1人は完治、3人に1人は症状が緩和、3人に1人が聴力の改善が見られない**と言われています。発症から治療を開始するまでの時間がかかればかかるほど、回復までの時間はかかります。また、早期に治療を受けた人でも、人によって完治が難しい場合もあります。

### ◆ 後遺症として代表的な症状

症状が重度であったり、発症から治療までの期間が長くなってしまったりした場合などには、

治療を行った後も後遺症として耳鳴りやめまい、難聴のような症状が残ってしまう場合があります。

 **後遺症を残さないためにも、異変に気がいたらすぐに耳鼻科で診断を受け早期治療が大切です。**

### ◆ 再発の可能性

突発性難聴は、再発の可能性はほとんどないと言われています。過去に突発性難聴と

診断されたことがあり、再び同じような症状が出た場合には突発性難聴以外の別の病気の

可能性が高いと言えます。突発性難聴に似た病気として、「メニエール病」や「両側性感音難聴」、「ムンプス難聴」などがあります。

#### <メニエール病>

難聴以外に発作的なめまいや耳鳴りが起こります。難聴やめまいが起こるという点で突発性難聴と似ていますが、メニエール病の場合このような症状が何度も起こります。

#### <両側性感音難聴>

両耳の聾（ろう）が徐々に進行していく病気です。発症当初は片側の耳から始まり、次第にもう一方の耳の聴力も低下していきます。特発性の両側性感音難聴は、突発性難聴と同様にめまいや片方の聴力低下が起こるため突発性難聴と症状は類似しています。

#### <ムンプス難聴>

ムンプスウイルス感染による難聴です。ムンプスウイルスはおたふく風邪などを引き起こします。ムンプス難聴の場合、おたふく風邪の発症後2週間以内に耳鳴りやめまいなどの症状があらわれます。多くの場合、聴力が戻ることはありません。

### ◆ 突発性難聴の予防策

突発性難聴の原因として「ウイルス感染」、「内耳循環障害」があげられます。ウイルス感染説に対しては、ウイルスに感染しないように免疫を下げないようにすること、内耳循環障害説に対しては、内耳の血液循環が悪くならないようにすることが大切です。これら2つの説の共通の対策としては、「健康状態を良好に保つ生活を送ること」が大切です。具体的には、「食生活」「運動習慣」「飲酒」「たばこ」「ストレス」の5つの観点から日々の生活に気をつけると良いでしょう。



- 食生活：適正な量をバランスよく食べる
- 運動習慣：ウォーキングなど、継続できる運動を生活に取り入れる
- 飲酒：2日に日本酒換算で1合程度を目安に、過剰な飲酒を控える
- たばこ：禁煙をする。受動喫煙を避ける
- ストレス：睡眠・休養をとるなどリラックスできる時間をつくったり、趣味などで

気分転換をする



これらは突発性難聴の予防のみならず、健康を維持するために大切な要素です。

井上病院附属診療所 健診センター

文:管理栄養士 古屋 麻起子

