漢方療法推進会

漢方で解決!! 第1回

「耳鳴り」

耳鳴りが悪化してきた、
突然音が聞こえにくくなったなど…
耳のトラブルは何もせず、
そのままにしておくのは
良くありません。

耳鳴りがもたらす悪影響について

周りで音がしていないにもかかわらず、キーンやジーンなどの雑音が鳴っている状態を耳鳴りといいます。耳鳴りの多くは、耳から脳までの神経経路に何らかの異常が発生して発症しますが、最も多いのは内耳部分にある蝸牛（かぎゅう）といわれる「かたつむり」状の組織にある、音をキャッチする細胞の変化により生じるものです（※耳の構造図を参照）。詳しく説明すると、その細胞内のイオン動態に異常が発生して自発放電を引き起こして耳鳴りが起こるようです。ただし、これは一過性のもので特に病的なものとはいえません。

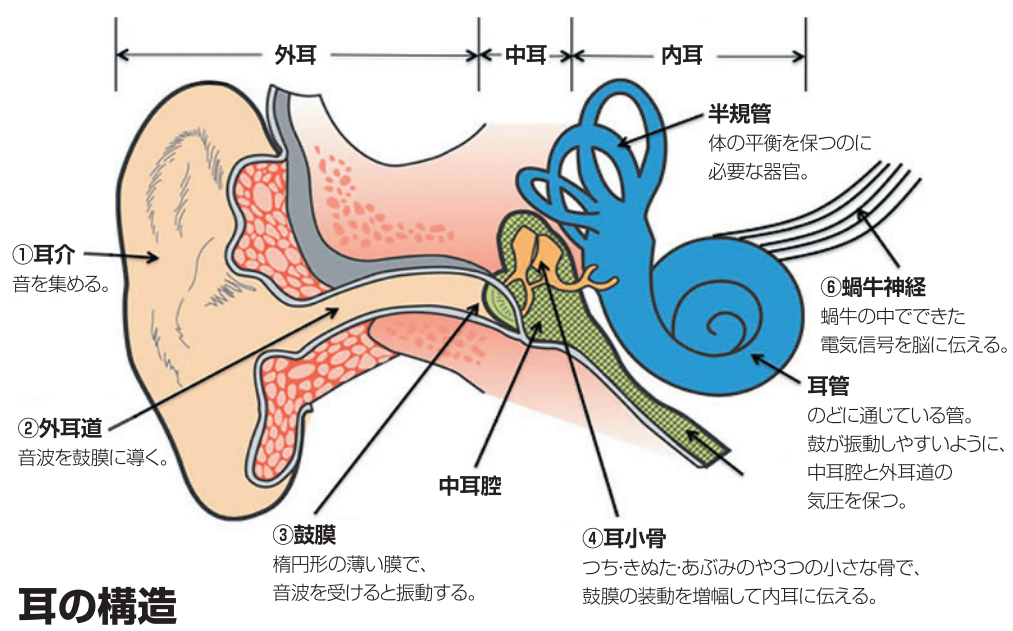
ところが、普通はこうした一過性の耳鳴りがあってもあまり気にならないものですが、就寝前のような静かな場所でより大きく聞こえるようになると、これが苦痛で眠れなくなったりしてしまいます。その結果、睡眠不足が重なり、ますます「不安」「不快」「焦り」といった感情と耳鳴りとが結びつき、次第に増幅し、静かな場所に限らず絶えず耳鳴りに悩まされるような状況となることがあります。このような慢性的な耳鳴りになると、一過性のものと区別して治療の対象とします。

耳鳴りは年齢とともに起こる耳鳴りが多いのですが、まれに高血圧や糖尿病などの生活習慣病によるものや、突発性難聴、脳血管の異常、脳腫瘍、聴神経腫瘍など脳や聴覚系の異常により発生するものもあります。

現代医学的治療

音を直接止める方法は無く、脳神経系の異常、全身疾患、聴神経腫瘍などが見つかった場合は原因疾患治療を優先します。

- 薬物治療（脳血流循環改善薬、ビタミン剤、ステロイド剤、抗不安薬など）
- 医療機器療法（耳鳴り再訓練療法、デジタル補聴器など）
- 心理療法（認知行動療法、交流分析など）



耳の構造

外耳（がいじ）: 入り口から鼓膜までの部分。音を集める働きがあります。
中耳（ちゅうじ）: 鼓膜から奥の空洞になっている部分。外耳から入ってきた音を内耳に伝えます。
内耳（ないじ）: 中耳よりさらに奥の部分。音を感じ取る器官、平衡感覚を制御する器官があります。

漢方医学から「耳鳴り」を考える

漢方医学的耳鳴り・難聴の考え方

耳は多くのエネルギーが集まる頭部に存在しています。そして、耳はそのエネルギーの通過点（清竅　せいきょう）とされていて、体の小さな変化にも影響を受けて自覚症状が現れる性質があるのです。そのため、漢方医学的には耳鳴りと難聴の原因は耳にあるだけではなく、全身の各機能の状態と密接な関係があるので、体の各機能との関係性をよく知ることが必要とされています。

漢方医学的、耳と全身の各機能との関係

- **老化現象**（腎気不足 じんきぶそく）
  腎気不足による聴覚の異常は、いわゆる加齢による慢性的な耳鳴りと難聴のことです。
- **更年期などによる熱症状**（心腎不交 しんじんふこう）
  心腎不交とは、ホルモンバランスの乱れなどから心火という火を抑えることが出来なくなり、熱症状が旺盛になっている状態です。更年期に伴う耳鳴りと難聴などです。
- **ストレス**（肝気上逆 かんきじょうぎゃく）
  ストレスなどが原因で起こる頭痛・耳鳴り・難聴などです。ストレスで肝気というエネルギーが亢進しすぎている状態です。
- **栄養、エネルギー不足**（脾胃虚弱 ひいきょじゃく）
  頭部の栄養が不足し耳の症状が起こることです。また、頭部の不要物（濁陰　だくいん）をうまく降ろせず排出できずにいるために耳の症状が現れる場合もあります。胃腸（脾胃）の機能が弱く栄養やエネルギーを産生できないことと、体内の不要な水分（痰湿　たんしつ）を生み出してしまうことが原因です。
- **悪寒、発熱**（外邪侵入 がいじゃしんにゅう）
  かぜをひいた時に悪寒・発熱などが見られると同時に、耳痛・耳塞(耳の閉塞感)などの耳の違和感が起こる状態です。

漢方的治療のポイント

耳鳴りの原因は症状の特徴から判断できます。具体的には耳鳴りの音の大きさ・音調の高さ・急性か慢性かといった発病パターンの違い・患者の体質・随伴諸症状などの特徴を参考にします。詳しくは下記の図をご参照ください。

実証　何らかの不要物が存在する耳鳴り

- 突発的に発病し、発病してからの期間が短い
- 「ジー」あるいは「ゴー」などのような低音を呈する鳴り音が強い
- 昼間と夜間で症状に大差がない
- 手で耳を押すと鳴り音がさらに強くなる

虚証　栄養不足やエネルギー不足による耳鳴り

- 慢性化して「キーン」といった高音を呈する
- たえまなく耳鳴りがする
- 特に夜間になると増悪する
- 手で耳を押すと鳴り音が弱くなる

また、いずれの場合においても気血の滞りがあると漢方の効果が妨げられ、症状もさらに悪化してしまう可能性もあります。そのため、気血の巡りを良くする対策も同時に行うことがおすすめです。

ご相談は当店まで

こころとからだに自然の力
漢方療法推進会