

# โรคมีเนีย

## (Meniere's disease)

พ.อ.ผศ. นพ.สุรเดช จารุจินดา

กองโสต ศอ นาสิกกรรม

โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า

ในช่วงเวลาที่ขณะคุณกำลังเดิน หรือยืนอยู่บนโลกมนุษย์อย่างเป็นปกติ ในอีกไม่กี่นาทีข้างหน้าโลกอาจจะกลายเป็นหมุนตัวรอบ ๆ ตัวคุณ ภาวะอาหารของคุณก็กำลังเริ่มปั่นป่วนพร้อมจะอาเจียนออกมาได้ทุกเมื่อ หูมีเสียงคำรามดังตลอดเวลา เมื่อไปพบแพทย์ แพทย์จะบอกว่าคุณเป็นโรคน้ำในหูไม่เท่ากัน ผู้ป่วยที่เคยเป็นโรคมีเนียมมาก่อนอย่างน้อยที่สุดต้องเคยมีประสบการณ์ดังกล่าวเหล่านี้

### อาการของโรค

อาการเวียนศีรษะบ้านหมุน เป็นอาการที่พบบ่อย มักพบร่วมกับอาการคลื่นไส้ อาเจียนหรือออกเกิดขึ้นในทันทีทันใด ระยะเวลาอาจจะอยู่นานกว่า 20 นาที ถึง 2 – 3 ชั่วโมง อาการดังกล่าวมักเป็นรุนแรงแต่ไม่ทำให้หมดสติหรือเป็นอัมพาต เมื่อหายเวียนศีรษะผู้ป่วยจะรู้สึกเหมือนเป็นปกติ

หูอื้อ อาจจะเป็นชั่วคราวหรือถาวร ถ้าเป็นระยะแรก การสูญเสียการได้ยินจะเป็นแค่ชั่วคราว หลังจากหายเวียนศีรษะ แล้วการได้ยินจะกลับมาเป็นปกติ แต่ถ้าผู้ป่วยที่มีอาการเวียนบ่อย ๆ หรือเป็นมานานอาการหูอื้อมักจะถาวรบางที่หูหนวกไปเลยก็ได้

เสียงดังในหู ผู้ป่วยจะมีเสียงดังในหูข้างที่ผิดปกติร่วมด้วย ผู้ป่วยบางคนจะบอกว่ามีเสียงเหมือนจิ้งจั่นหรือจิ้งหรีดร้อง บางคนก็บอกว่าเหมือนเสียงคำรามอยู่ในหูตลอดเวลา เสียงดังในหูอาจเป็นตลอดเวลาหรือเป็นขณะเวียนศีรษะ

อาการตึง ๆ ภายในหูคล้ายกับมีแรงดัน เกิดจากแรงดันของ น้ำในหูชั้นในที่ผิดปกติ

### สาเหตุ

โรคมีเนีย เป็นโรคที่ไม่ทราบสาเหตุเป็นส่วนใหญ่ ในกลุ่มที่ทราบสาเหตุจะเรียกว่า กลุ่มอาการมีเนีย ได้แก่ โรคซิฟิลิส, หูน้ำหนวก เป็นต้น เพราะฉะนั้น โรคนี้จึงรักษาไม่หายขาดเพียงแต่

สามารถรักษาอาการเวียนศีรษะให้หายเป็นปกติได้เท่านั้น อาการของโรคเป็นที่หูข้างเดียวหรือ 2 ข้างก็ได้ ระยะแรก ๆ มักเป็นข้างเดียว เมื่อเป็นนาน โอกาสที่หูข้างที่สองจะเป็นร่วมด้วยได้มากขึ้น

### พยาธิสภาพ

หูคนเราประกอบด้วยหูชั้นนอก, หูชั้นกลางและหูชั้นใน หูชั้นในแบ่งออกเป็น 2 ส่วนคือ ส่วนมีลักษณะคล้ายกันหอย ทำหน้าที่รับเสียง กับส่วนที่เป็นอวัยวะรูปเกือกม้า 3 อันมารวมกันทำหน้าที่เกี่ยวกับการทรงตัว หูชั้นในนอกจากจะแบ่งตามหน้าที่แล้วยังแบ่งตามโครงสร้างเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่เป็นกระดูก กับส่วนที่เป็นเยื่อหุ้มภายใน ส่วนที่เป็นกระดูกจะห่อหุ้มส่วนที่เป็นเยื่อหุ้มภายใน ภายในส่วนเยื่อหุ้มภายใน จะมีของเหลวอยู่

เมื่อเกิดพยาธิสภาพของโรคมึนเนี่ย ของเหลวที่อยู่ภายใน จะคั่งมากทำให้การไหลเวียนไม่สะดวกแรงดันที่เพิ่มขึ้นในหูชั้นในจะขัดขวางการทำงานของกระแสประสาทที่เกี่ยวกับการได้ยิน และการทรงตัว ทำให้สูญเสีย การได้ยินและสมดุลย์ เกิดอาการเวียนศีรษะ เมื่อแรงดันมากขึ้นผู้ป่วยจะรู้สึกตึง ๆ ในหูข้างที่ผิดปกติ

### การรักษา

การควบคุมอาหาร ลดอาหารที่มีรสเค็ม โดยจำกัดเกลือแนะนำให้เติมเกลือลงในอาหารวันละไม่เกิน 2 กรัม (ประมาณ 1 ช้อนชา)

### การรักษาทางยา

- \* ยาขับปัสสาวะ เพื่อลดสภาวะอาการบวมและคั่งของน้ำในหูชั้นใน
- \* ยาลดอาการเวียนศีรษะและคลื่นไส้อาเจียน ควรใช้ในขณะที่มีอาการเท่านั้น
- \* ยาแก้ปวดประสาท และยานอนหลับ เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยผ่อนคลายและนอนหลับได้เป็นปกติ
- \* ยาขยายหลอดเลือด ช่วยลดอาการบวมและคั่งของน้ำในหูชั้นใน

นอกจากนี้การปฏิบัติตัวเพื่อให้ผู้ป่วยลดภาวะ อาการของโรคเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในชีวิตประจำวัน สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ได้แก่

- \* ลดภาวะเครียด ควบคุมอารมณ์ให้เบิกบานแจ่มใส และลดงานบางอย่างที่มากจนเกินไป
- \* ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- \* พักผ่อนให้เพียงพอ โดยเฉพาะการนอนหลับ ถ้ามีเสียงรบกวนในหูมากจนทำให้นอนไม่หลับขอแนะนำที่ดีคือ เปิดเพลงเบา ๆ ขณะนอนเพื่อกลบเสียงที่รบกวนในหูให้หมดไป
- \* หลีกเลี่ยงสิ่งต่อไปนี้ คือ ชา, กาแฟ เครื่องดื่มประเภทแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ เพราะสิ่งเหล่านี้จะทำให้อาการแย่งลง
- \* การบริหารระบบการทรงตัว เป็นการบริหารศีรษะและการทรงตัวทำให้สมองสามารถปรับตัวได้รวดเร็วขึ้น

- \* พยายามหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้น เช่น ในที่มีเสียงดัง แสงแดดจ้าหรืออากาศร้อนอบอ้าว เป็นต้น
- \* จัดสถานที่ ที่บ้านและที่ทำงานให้ปลอดภัย ทางเดินที่เดินเป็นประจำจะต้องปราศจากของมีคมและตกแตกง่าย

#### การรักษาโดยการผ่าตัด

จำเป็นในผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาทางยาแล้วไม่ได้ผล

-----