

อาการเวียนศีรษะบ้านหมุน (Vertigo)



-เป็นอาการเวียนศีรษะประเภทหนึ่งที่มีเกิดขึ้นแบบเฉียบพลันผู้ป่วยจะรู้สึกว้างว่องหรือว่าสิ่งแวดลอมรอบตัวหมุนไป ทั้งๆที่จริงแล้วตนเองอยู่กับที่และไม่มีการเคลื่อนไหว

สาเหตุที่สำคัญที่ทำให้เกิดอาการเวียนศีรษะบ้านหมุนที่พบได้บ่อย

คือ -ความผิดปกติของระบบประสาทในส่วนก้านสมองและสมองน้อย

-ความผิดปกติของอวัยวะการทรงตัวในหูชั้นใน

1.โรคหินปูนในหูชั้นในเคลื่อน (BPPV benign paroxysmal positional vertigo)

เป็นสาเหตุที่พบบ่อยที่สุดของการเวียนศีรษะเกิดจากหินปูนขนาดเล็กหลุดไปอุดกั้นที่ในท่อครึ่งวงกลม จึงทำให้เกิดอาการเวียนศีรษะเวลาก้มตัวลงนอนหรือจากท่านอนลุกขึ้นนั่ง หรือการก้มแล้วเงย ส่วนใหญ่ออาการเป็นไม่ถึงนาทีแล้วหายและเป็นซ้ำเวลาเปลี่ยนท่าทางอีก เกิดได้จากทั้งสมองขาดเลือดหรือเลือดออกในสมอง โดยเฉพาะบริเวณก้านสมอง,สมองน้อย

2.โรคหลอดเลือดสมอง (Stroke)

พบในผู้สูงอายุ มากกว่า 45 ปี ร่วมกับมีปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง (ความดัน,เบาหวาน,ไขมันในเลือดสูง) โดยอาการเวียนศีรษะมักเป็นอยู่นาน อาจนานหลายชั่วโมงหรือเป็นวันก็ได้ อาการเวียนศีรษะไม่สัมพันธ์กับการเปลี่ยนท่าทาง และมักพบร่วมกับอาการผิดปกติอื่นๆของระบบประสาท เช่น ตามองเห็นภาพซ้อน,หน้าเบี้ยว,พูดไม่ชัด,ลิ้นแข็ง,อ่อนแรง หรือชาครึ่งซีก) เนื่องจากอัตราการทุพพลภาพและอัตราการตายสูงจึงควรรีบพบแพทย์

3.โรคเวียนศีรษะจากน้ำในหูชั้นในผิดปกติ (Meniere's disease)

อาการเวียนศีรษะเป็นพักๆนานหลายนาทีจนถึงเป็นชั่วโมงมักมีเสียงดังในหูข้างใดข้างหนึ่ง (บางรายเป็นทั้ง 2 ข้าง) ต่อมาอาจมีปัญหาการได้ยินลดลง สาเหตุยังไม่ทราบแน่ชัด บางรายพบร่วมกับการติดเชื้อในหูชั้นกลาง การรับประทานเค็มมากกระตุ้นให้อาการเป็นมาได้ดี

4.เส้นประสาทการทรงตัวอักเสบ (Vestibular neuritis)

อาการเวียนศีรษะมักนานเป็นชั่วโมงหรือเป็นวันๆ อาจมีได้แต่ต้องไม่มีปัญหาการได้ยินหรือเสียงดังในหู เชื่อว่าเกิดจากการติดเชื้อไวรัสโดยตรงต่อเส้นประสาทหรือเป็นจากการแพ้ภูมิตัวเองพบในคนอายุน้อย เพศหญิงพบได้บ่อยกว่าเพศชาย โรคนี้ทำให้ปวดศีรษะเป็นๆ หายๆ ได้

5.โรคไมเกรน (Migraine)

บางรายมีอาการเวียนศีรษะร่วมด้วย บางรายมีอาการเวียนศีรษะอย่างเดียวเป็นๆหายๆ โดยไม่มีอาการปวดศีรษะก็ได้ ปัจจัยกระตุ้น เช่น อาหาร,การดื่มกาแฟปริมาณมากหรือหยุดดื่ม,แสงจ้า,กลิ่นฉุน,การมีประจำเดือน

อาการเวียนศีรษะที่ต้องปรึกษาแพทย์

- อาการเวียนศีรษะร่วมกับตาเห็นภาพซ้อน
- อาการเวียนศีรษะร่วมกับอ่อนแรงแขนขา
- อาการเวียนศีรษะร่วมกับขาแขนขา
- อาการเวียนศีรษะร่วมกับพูดลำบาก
- อาการเวียนศีรษะร่วมกับมีปัญหาเรื่องการได้ยิน

การตรวจวินิจฉัย

- 1.ตรวจการได้ยิน (audiogram)
 - 2.ตรวจการทำงานของอวัยวะทรงตัวของหูชั้นใน (Video electronystagmography :VNG)
 - 3.ตรวจวัดแรงดันของน้ำในหูชั้นใน (electrocochleography : ECOG)
 - 4.ตรวจการทำงานของเส้นประสาทการได้ยิน(Evoked response audiometry)
 - 5.ตรวจเอ็กซเรย์คอมพิวเตอร์สมอง (CT scan)
 - 6.ตรวจคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าสมองและเส้นเลือดสมอง (MRI brain and MRA)ซึ่งสามารถถ่ายภาพบริเวณก้านสมองและสมองส่วนหลังได้ชัดเจน (brainstem and cerebellum) ซึ่งเป็นส่วนที่ (CT scan)ให้รายละเอียดได้ไม่ชัดเจน
- การดูแลและปฏิบัติตัวเบื้องต้นในผู้ที่มีอาการเวียนศีรษะบ้านหมุน

1.หลีกเลี่ยงท่าทางที่ทำให้เกิดอาการเวียนศีรษะระหว่างเกิดอาการ

เช่น -การเปลี่ยนแปลงท่าทางอย่างรวดเร็ว

-การหันศีรษะเร็วๆ

-หลีกเลี่ยงการอ่านหนังสือขณะอยู่ในยานพาหนะ

2.ไม่ควรอยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ เช่น การขับขี่ยานพาหนะในขณะที่มีอาการ

3.รับประทานยาลดอาการเวียนศีรษะ เช่น Betahistine ,Dimenhydrinate เป็นต้น

4.หลีกเลี่ยง ปัจจัยกระตุ้นที่ทำให้เกิดอาการเวียนศีรษะ เช่น การนอนพักผ่อนไม่เพียงพอ, ความเครียด, กลิ่นฉุน, สารก่อภูมิแพ้

5.ลดปริมาณหรืองดการสูบบุหรี่/ดื่มกาแฟ

6.ถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้รีบมาพบแพทย์

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ ศูนย์สมองและระบบประสาท รพ.วิภาวดี โทร.02561-1111 ต่อ 1214

ข้อมูลโดย : แพทย์หญิงกมลรัตน์ พลไวย์

อายุรแพทย์ประสาทวิทยา ประจำโรงพยาบาลวิภาวดี