

## 疾患ナビ「めまい」



「景色がぐるぐる回って見える」「目の前がフワフワした感じに見える」、そんな症状に悩まされたことはありませんか。

めまいといっても、その症状や原因は様々で、対処や受診すべき診療科も異なります。心配のいらぬ一過性のものであれば、ストレスなどによる心因性のもの、薬によっておこるめまいや、脳腫瘍や脳出血、脳梗塞など重大な病気が原因で起きているめまいもあります。

めまいは、体の機能のどこかに不調やトラブルがあるから起こるものです。まずはその要因を突き止め、適切な予防や対策を行うことが大切です。

大正製薬株式会社〔本社：東京都豊島区 社長：上原 茂〕（以下、当社）が運用する健康情報サイト「大正健康ナビ（<https://www.taisho-kenko.com>）では、専門医によるヘルスケアアドバイス疾患ナビを公開しています。

9月13日に新着更新した「めまい」では、坂田 英明先生にめまいの原因、種類、症状、対処法や予防法について詳しくお伺いしました。

めまいを起こす原因は多岐にわたりますが、フワフワするめまい（浮動性めまい）においては自律神経が不安定となることに関連が深いといわれています。本記事ではめまいの予防法として「自律神経の整え方」をご紹介します。記事の内容を是非ご参考になさってください。

◆新着情報 専門医によるヘルスケアアドバイス 疾患ナビ「めまい」

<https://www.taisho-kenko.com/disease/621/>

<目次>

めまいについて知る

- ・めまいの原因
- ・めまいの種類・症状
- ・めまいの治療・対処法
- ・めまいの予防法

大正健康ナビは、生活者の日常生活に寄り添い、「人生 100 年時代をサポートする健康情報発信基地」として、みなさまの健康の維持・増進にお役立ていただけるサイト運営を目指しております。当社は、これからも健康と美を願う生活者に納得していただける優れた医薬品・健康関連商品、情報及びサービスを、社会から支持される方法で創造・提供することにより、社会へ貢献してまいります。

【監修者プロフィール】

川越耳科学クリニック院長、埼玉医科大学客員教授

坂田 英明（さかた・ひであき）先生

1988 年埼玉医科大学卒業。帝京大学医学部附属病院耳鼻咽喉科助手、ドイツ・マグデブルグ大学耳鼻咽喉科研究員、埼玉県立小児医療センター耳鼻咽喉科副部長、目白大学言語聴覚学科教授を経て、現職。日本耳鼻咽喉科学会専門医。著書に『【読む常備薬】図解 いちばんわかりやすいめまいの治し方：「医師がすすめる名医」の最善・最短の治療法』（河出書房新社）『あぶない！聞こえの悪さがボケの始まり：「耳」を知る、治す、鍛える』（小学館）などがある。

■ご参考

●大正健康ナビ

<https://www.taisho-kenko.com>

大正健康ナビでは、お悩みの原因、症状、対策や予防法などをご紹介します。また、気になる症状をすぐにチェックできるコンテンツもご用意。いろいろな疑問に専門家が分かりやすくお答えしています。