



Mental Wellness !

〔学生総合相談通信 No.39〕

発行 : 平成27年 1月26日

拓殖大学学生主事室

明日で学期試験が終了します。今、どのような気持ちでいますか？卒業を目前に控えた4年生の気持ちを、1～3年生も考えてみてはいかががでしょうか。そして、大学生活が充実したものになるように常に心がけて欲しいものです。また、この長期休暇が意義あるものになるように願っています。

Topic 目が回る、ふらふらする、これって病気？

以前、サッカー女子日本代表＝澤穂希選手が体調不良で欠場したことがありました。その後の検査で「良性発作性頭位めまい症」とわかりました。突然襲う「めまい」の症状。〔『YAHOO! ニュース JAPAN』2014年12月6日(土)配信〕をご紹介します。【以下引用】

めまいが続く場合は要注意! 大きな病気が隠れているかも?

<YAHOO! ニュース Mocosuku Woman 2014年12月6日15時0分配信>

めまいと言っても、症状は様々あります。周囲がぐるぐるとまわっているような「回転性のめまい」と足元がふわふわした「ふらつきのめまい」、ふっと意識が薄れる「気が遠くなるようなめまい」などがあります。厚生労働省の調査によると、めまいを訴える人は約240万人にも上るそうです。めまいの症状には大きな病気が隠されていることもあります。ここでは、めまいについてみてみましょう。

◆めまいとは?

めまいは、目が回るようなくらくらとした感覚の総称です。めまいには良性のめまいと悪性のめまいがあります。めまいはほとんどの場合が良性といわれるもので、めまい自体が病気というよりも、いくつかの病気の症状(例えばパニック障害の症状)として現れます。

◆めまいの原因

女性の場合特に、過度なダイエットなどで貧血となり、一時的にめまいのような症状がみられることもありますが、これは起立性低血圧といって、めまいとは区別され、貧血が改善するとめまいが改善することがほとんどです。しかしめまいには悪性のめまいもあり、その原因としては、脳腫瘍、脳血管障害、聴神経腫瘍などの場合もありますので、頻回にめまいを感じる場合は、注意が必要です。

◆めまいがあるとこんな病気に注意

めまいの中では最も頻度が高いと言われるのが「良性発作性頭位めまい症」です。寝返りを打つ、うつむくなど頭の位置を変えることがきっかけで起こります。自然に治癒しますが、何度も起こる場合や、耳鳴りや難聴など、めまい以外の症状を伴う場合は病院で医師の診断を受けた方が良いでしょう。また、女性に多い病気が「メニエール病」です。激しい回転性のめまいに加え、耳鳴りや低い音が聞き取りにくくなる難聴が起こります。(中略)また、ある日突然耳が聞こえなくなる「突発性難聴」も発生と同時にめまいを伴うことが多いと言われています。また、貧血や低血圧などで血液の循環が悪い人はいわゆる「立ちくらみ」やめまいの症状が多く現れます。

◆めまいはどこで診察してもらえるの?

受診する場合はまず耳鼻科や内科であることが多いようです。めまいの原因によっては、心療内科などを紹介されることもあります。治療としてはめまいの原因にもよりますので一概にはいえませんが、内服薬によるものが一般的です。その他、カウンセリング・心理療法などを行うこともあります。

→関連して、『日本神経学会・Webサイト』内で、<よくある症状「めまい」>として、詳細に説明されています。ご確認ください。

大学生活に対する不安や悩みなどがありましたら是非一度、学生総合相談窓口である学生主事室へ来室して下さい。随時、専門職である学生主事が相談に応じます。

八王子キャンパス	管理研究棟1階	八王子学生主事室	〔学生主事3名〕
文京キャンパス	C館2階	学生主事室	〔学生主事4名〕
※月～金	9:00～17:00	土	9:00～15:00

次年度、「心の健康相談日」「法律相談日」「女子学生のための相談日」日程が決まり次第、お知らせします。

次回発行予定 平成27年3月30日(月)