

น้ำในหูไม่เท่ากัน...จริงหรือ

อาการเวียนศีรษะ บ้านหมุน เป็นอาการที่พบบ่อย แต่อาการดังกล่าวไม่ได้เกิดจากโรคน้ำในหูไม่เท่ากันเท่านั้น อาการเวียนศีรษะ บ้านหมุน อาจเกิดจากหลายสาเหตุ เช่น จากโรคของหูชั้นนอก โรคของหูชั้นกลาง หรือ โรคของทางเดินประสาท และสมอง ดังนั้นเมื่อท่านมีอาการเวียนศีรษะ บ้านหมุน จึงควรมาพบแพทย์ เพื่อแพทย์จะได้ซักประวัติ ตรวจร่างกาย และส่งการสืบค้นเพิ่มเติม เพื่อให้ได้การวินิจฉัย สาเหตุของอาการเวียนศีรษะ และการรักษาที่ถูกต้อง.

คราวนี้มาทำความรู้จักโรคน้ำในหูไม่เท่ากัน หรือโรคมึนเนี่ย (Meniere's disease) กัน

โรคมึนเนี่ย เป็นโรคที่มีความผิดปกติของหูชั้นใน โดยมีน้ำในหูชั้นในมากผิดปกติ หูชั้นในของคนเรามีเซลล์ประสาทที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการทรงตัว และการได้ยินอยู่ โดยปกติจะมีน้ำในหูชั้นในปริมาณที่พอดีกับการทำงานของเซลล์ประสาทที่ทำหน้าที่ควบคุมการทรงตัว และการได้ยินดังกล่าว และมีการไหลเวียนถ่ายเทเป็นปกติ เมื่อมีการเคลื่อนไหวของน้ำในหู ขณะเคลื่อนไหวศีรษะ จะกระตุ้นเซลล์ประสาทดังกล่าวให้มีการส่งสัญญาณไปยังสมองเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวของร่างกาย เมื่อใดก็ตามที่มีความผิดปกติของการไหลเวียนของน้ำในหู

เช่น การดูดซึมของน้ำในหูไม่ดี ทำให้น้ำในหูชั้นในมีปริมาณมากขึ้นกว่าปกติ (endolymphatic hydrops) จะส่งผลต่อการทำงานของเซลล์ประสาทที่ควบคุมการทรงตัว และการได้ยิน ทำให้เซลล์ดังกล่าวทำงานผิดปกติ ทำให้ผู้ป่วยโรคนี้มีอาการ.

- **ประสาทหูเสื่อม** ผู้ป่วยจะมีการเสียการได้ยินแบบประสาทเสียงเสีย (sensorineural hearing loss) ทำให้หูอื้อ ได้ยินไม่ชัด รู้สึกแน่นในหูเป็นๆ หายๆ บางครั้งการได้ยินดีขึ้น บางครั้งการได้ยินเลวลง ในระยะแรกเริ่มมักมีการเสียของประสาทหูที่ความถี่ต่ำก่อน แต่ในระยะยาวแล้วระดับการได้ยินจะแยลงเรื่อยๆ อาจถึงขั้นหูหนวกได้ ในระยะแรกอาจมีอาการที่หูข้างเดียว ในระยะหลังอาจมีอาการที่หูทั้งสองข้าง อาจมีอาการปวดหู หรือปวดศีรษะข้างที่เป็นด้วยได้.

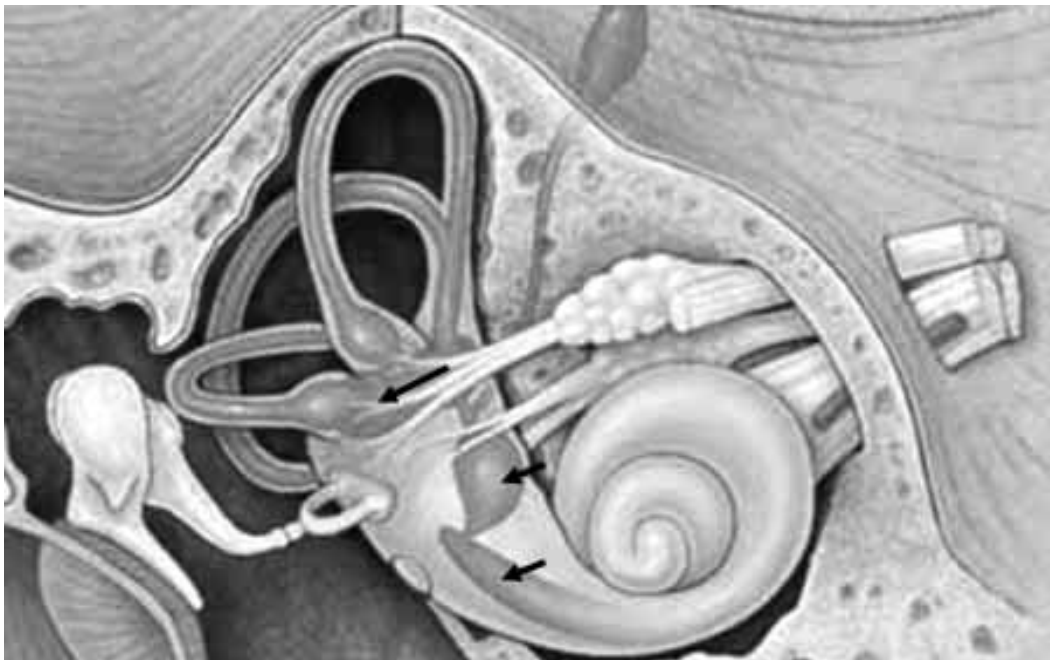
- **มีเสียงดังในหู.**

- **อาการเวียนศีรษะ บ้านหมุน** บางครั้งอาจมีคลื่นไส้ อาเจียน เหงื่อออกร่วมด้วย อาการเวียนศีรษะดังกล่าวมักเป็นๆ หายๆ ส่วนใหญ่มักเวียนศีรษะไม่เกินครึ่งชั่วโมง แต่อาจเวียนเป็นชั่วโมงได้ เมื่อมีอาการเวียนศีรษะ มักมีอาการทางหู เช่น หูอื้อ เสียงดังในหูร่วมด้วย อาการเวียนศีรษะเป็นอาการที่รบกวนผู้ป่วยมากที่สุด ทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ ต้องนอนพัก.

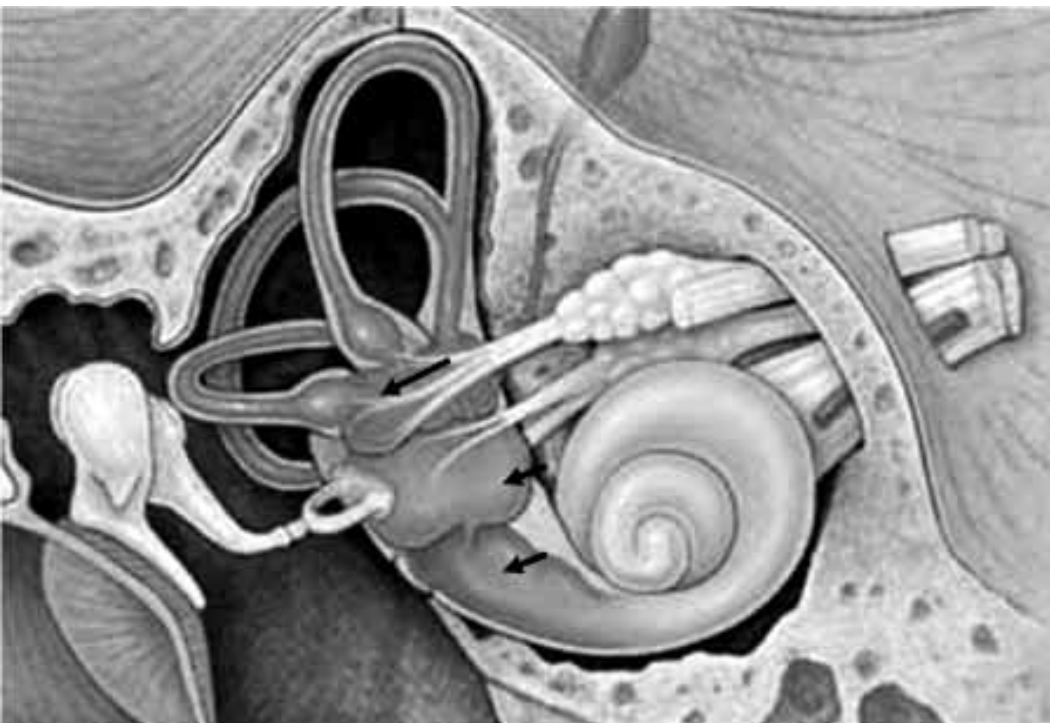
โรคนี้พบมากในคนอายุ 30-60 ปี พบได้ทั้งเพศชาย และเพศหญิง โดยมากอาการมักจะเริ่มเมื่ออายุ 30 ปี ในประเทศไทย ข้อมูลทางระบาดวิทยาของโรคนี้ยังมีน้อย โรคนี้มักเป็นในหูข้างเดียว แต่อาจเป็นที่หูทั้ง 2 ข้างได้ร้อยละ 30 อาการของโรคนี้มักจะเกิดขึ้นทันทีทันใด อาจมีอาการทุกวัน หรือนานๆครั้งก็ได้ ซึ่งไม่สามารถทำนายได้ว่า จะเกิดอีกเมื่อไร แต่แต่ละครั้งที่มีอาการ



ปารยะ อาศนะเสน พ.บ.,
ผู้ช่วยศาสตราจารย์
ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
มหาวิทยาลัยมหิดล



โดยปกติแล้วในหูชั้นใน จะมีปริมาณที่พอดีกับการทำงานของเซลล์ประสาท
ที่ทำหน้าที่ควบคุมการทรงตัว และการได้ยิน



น้ำในหูชั้นในมีปริมาณมากกว่าปกติ (endolymphatic hydrops)

อาจมีอาการเป็นระยะเวลาสั้นๆ เป็นนาที หรือมีอาการเป็นระยะเวลานานเป็นชั่วโมงได้ หรืออาจมีอาการน้อย หรือมากได้ นอกจากนั้นผู้ป่วยอาจมีอาการปวดศีรษะ ปวดท้อง หรือท้องเสียร่วมด้วยได้.

การวินิจฉัยโรคนี้ประกอบด้วย การซักประวัติ อาการที่สำคัญ 3 อาการดังกล่าว ซึ่งมักจะเป็นๆ หายๆ และการตรวจระบบประสาทการทรงตัว และการตรวจการได้ยิน รวมทั้งการตรวจรังสีวินิจฉัย รวมทั้งการเจาะเลือด และตรวจปัสสาวะเพื่อวินิจฉัย แยกจากโรคอื่นๆ.

การรักษาประกอบด้วย การปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง เวลาเวียนศีรษะ, การให้ยาบรรเทาอาการ และการผ่าตัด

1) การปฏิบัติตัวที่ถูกต้องเวลาเวียนศีรษะ

- เมื่อมีอาการเวียนศีรษะขณะเดิน ควรหยุดเดิน และนั่งพัก เพราะการฝืนเดินขณะเวียนศีรษะ อาจทำให้ผู้ป่วยล้ม เกิดอุบัติเหตุได้ เช่นกันถ้าอาการเวียนศีรษะเกิดขณะขับรถ หรือขณะทำงาน ควรหยุดรถข้างทาง หรือหยุดการทำงาน โดยเฉพาะการทำงานที่เกี่ยวกับเครื่องจักรกล ซึ่งอาจเกิดอุบัติเหตุได้ ถ้าเวียนมาก ควรนอนบนพื้นราบที่ไม่มีการเคลื่อนไหว เช่นพื้น และผู้ป่วยควรมองไปยังวัตถุที่อยู่หนึ่ง ไม่เคลื่อนไหว.

- กินยาที่แพทย์ให้กิน เวลาเวียนศีรษะ.

- พยายามอย่ากิน หรือดื่มมากนัก จะได้มีโอกาสอาเจียนน้อยลง.

- หลีกเลี่ยงการเดินทางโดยทางเรือ เพราะจะทำให้มีอาการเวียนศีรษะมากขึ้นได้.

- ถ้าอาการเวียนศีรษะน้อยลง ค่อยๆ ลุกขึ้น แต่อาจรู้สึกง่วง หรือเพลียได้ แนะนำให้นอนหลับพักผ่อน ถ่างวง หลังตื่นนอน อาการมักจะดีขึ้น.

2) การให้ยาบรรเทาอาการ และรักษา

- ควรจำกัดความเค็ม เพราะความเค็มหรือเกลือโซเดียมที่มีปริมาณมากขึ้นในร่างกาย จะทำให้น้ำคั่งในร่างกาย และในหูชั้นในมากขึ้น อาจทำให้อาการผู้ป่วยแย่ลงได้.

- การกินยาขับปัสสาวะ อาจทำให้น้ำคั่งในหูชั้นในน้อยลง ผู้ป่วยอาจมีอาการดีขึ้นได้

- ให้ยาบรรเทาอาการเวียนศีรษะ หรือคลื่นไส้ อาเจียน.

- การกินยาขยายหลอดเลือด (ฮิสตามีน) จะช่วยให้การไหลเวียนของน้ำในหูดีขึ้น.

- ถ้าผู้ป่วยหายเวียนศีรษะแล้ว ควรออกกำลังกายสม่ำเสมอ เพื่อเพิ่มเลือดไปเลี้ยงหูชั้นใน.

- หลีกเลี่ยงสารกาเฟอีน (ชา เครื่องดื่มน้ำตาลม และกาแฟ) เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ และความเครียด ซึ่งจะทำให้อาการของผู้ป่วยโรคนี้แย่ลง เนื่องจากจะไปลดเลือดที่ไปเลี้ยงหูชั้นใน.

3) การผ่าตัด เพื่อระบายน้ำที่คั่งอยู่ในหูชั้นใน

จะทำเมื่อให้ยารักษาเต็มที่แล้ว อาการของโรคโดยเฉพาะอาการเวียนศีรษะไม่ดีขึ้น และรบกวนคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยมาก

การผ่าตัดได้แก่

- การทำลายอวัยวะควบคุมการได้ยิน และการทรงตัวในหูชั้นใน (labyrinthectomy) ซึ่งจะช่วยควบคุมอาการเวียนศีรษะได้ดี แต่ผู้ป่วยจะสูญเสียการได้ยินในข้างนั้นด้วย มักจะทำในผู้ป่วยที่สูญเสียการได้ยินในหูข้างนั้นมากแล้ว แต่ยังมีอาการเวียนศีรษะมากอยู่.

- การตัดเส้นประสาทที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการทรงตัวในหูชั้นใน (vestibular neurectomy) มักจะทำในผู้ป่วยที่มีอาการเวียนศีรษะมาก แต่ยังมี การได้ยินดีอยู่.

- การฉีดยาที่มีพิษต่อระบบประสาทหูและการทรงตัวเข้าไปในหูชั้นกลาง เพื่อให้ดูดซึมเข้าไปในหูชั้นใน เช่น gentamycin ซึ่งเป็นยาต้านจุลชีพกลุ่ม aminoglycoside เพื่อทำลายระบบประสาททรงตัว ทำให้อาการเวียนศีรษะน้อยลง แต่การได้ยินอาจเสียไปด้วย.

ถึงแม้โรคมึนเนี่ย จะไม่มีวิธีการรักษาที่ทำให้โรคหายขาด แต่อาการของผู้ป่วย ส่วนใหญ่สามารถควบคุมได้ด้วยยา และการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง.