

น้ำในหูไม่เท่ากัน...จริงหรือ

รศ.นพ.ปารยะ อาศนะเสน
ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา
Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

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

คราวนี้มาทำความรู้จักโรคน้ำในหูไม่เท่ากัน หรือโรคมินีเย(Meniere's disease)กัน

โรคมินีเย เป็นโรคที่มีความผิดปกติของหูชั้นใน โดยมีน้ำในหูชั้นในมากผิดปกติ หูชั้นในของคนเรามีเซลล์ประสาทที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการทรงตัวและการได้ยินอยู่ โดยปกติจะมีน้ำในหูชั้นใน ปริมาณที่พอดีกับการทำงานของเซลล์ประสาทที่ทำหน้าที่ควบคุมการทรงตัว และการได้ยินดังกล่าว และมีการไหลเวียนถ่ายเทเป็นปกติ เมื่อมีการเคลื่อนไหวของน้ำในหู ขณะเคลื่อนไหวศีรษะ จะกระตุ้นเซลล์ประสาทดังกล่าว ให้มีการส่งสัญญาณไปยังสมองเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวของร่างกาย เมื่อใดก็ตามที่มีความผิดปกติของการไหลเวียนของน้ำในหู เช่น การดูดซึมของน้ำในหูไม่ดี ทำให้น้ำในหูชั้นในมีปริมาณมากขึ้นกว่าปกติ(endolymphatic hydrops)จะส่งผลกระทบต่อการทำงานของเซลล์ประสาทที่ควบคุมการทรงตัว และการได้ยิน ทำให้เซลล์ดังกล่าวทำงานผิดปกติ ทำให้ผู้ป่วยโรคนี้มีอาการ

- **ประสาทหูเสื่อม** ผู้ป่วยจะมีการเสียการได้ยินแบบประสาทเสียงเสีย(sensorineural hearing loss)ทำให้อู้อู้อ ได้ยินไม่ชัด รู้สึกแน่นในหูเป็น ๆ หาย ๆ บางครั้งการได้ยินดีขึ้น บางครั้งการได้ยินลดลง ในระยะแรกเริ่มมักมีการเสียของประสาทหูที่ความถี่ต่ำก่อน แต่ในระยะยาวแล้วระดับการได้ยินจะแย่งลงเรื่อย ๆ อาจถึงขั้นหูหนวกได้ ในระยะแรกอาจมีอาการที่หูข้างเดียว ในระยะหลังอาจมีอาการที่หูทั้งสองข้าง มีอาการปวดหู หรือปวดศีรษะข้างที่เป็นด้วยได้

- **มีเสียงดังในหู**

- **อาการเวียนศีรษะ/บ้านหมุน** บางครั้งอาจมี คลื่นไส้ อาเจียน เหงื่อออกร่วมด้วย

อาการเวียนดังกล่าวมักเป็น ๆ หาย ๆ ส่วนใหญ่มักเวียนศีรษะไม่เกินครึ่งชั่วโมง แต่อาจเวียนเป็นชั่วโมงได้ เมื่อมีอาการเวียนศีรษะ มักมีอาการทางหู เช่น หูอู้อู้อ เสียงดังในหูร่วมด้วย อาการเวียน

ศีรษะเป็นอาการที่รบกวนผู้ป่วยมากที่สุด ทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ ต้องนอนพัก

โรคนี้พบมากในคนอายุ 30-60 ปี พบได้ทั้งเพศชายและเพศหญิง โดยมากอาการมักจะเริ่มเมื่ออายุ 30 ปี ในประเทศไทยข้อมูลทางระบาดวิทยาของโรคนี้ยังมีน้อย โรคนี้มักเป็นในหูข้างเดียว แต่อาจเป็นทั้งสองหูได้ร้อยละ 30 อาการของโรคนี้มักจะเกิดขึ้นทันทีทันใด อาจมีอาการทุกวัน หรือนาน ๆ ครั้งก็ได้ ซึ่งไม่สามารถทำนายได้ว่าจะเกิดอีกเมื่อไร แต่แต่ละครั้งที่มีอาการ อาจมีอาการเป็นระยะเวลาสั้น ๆ เป็นนาที หรือมีอาการเป็นระยะเวลานานเป็นชั่วโมงได้ อาจมีอาการน้อยหรือมากได้ นอกจากนั้นผู้ป่วยอาจมีอาการปวดศีรษะ ปวดท้อง หรือท้องเสียร่วมด้วยได้

การวินิจฉัยโรคนี้ประกอบด้วย การซักประวัติ อาการที่สำคัญ 3 อาการดังกล่าว ซึ่งมักจะเป็น ๆ หาย ๆ และการตรวจระบบประสาทการทรงตัว การตรวจการได้ยิน การตรวจรังสีวินิจฉัย รวมทั้งการเจาะเลือด และตรวจปัสสาวะเพื่อวินิจฉัย แยกจากโรคอื่น ๆ

การรักษาประกอบด้วย การปฏิบัติตัวที่ถูกต้องเวลาเวียนศีรษะ, การให้ยาบรรเทาอาการ และการผ่าตัด

1) การปฏิบัติตัวที่ถูกต้องเวลาเวียนศีรษะ

- เมื่อมีอาการเวียนศีรษะขณะเดิน ควรหยุดเดินและนั่งพัก เพราะการฝืนเดินขณะเวียนศีรษะ อาจทำให้ผู้ป่วยล้ม เกิดอุบัติเหตุได้ เช่นกัน ถ้าอาการเวียนศีรษะเกิดขณะขับรถ หรือขณะทำงาน ควรหยุดรถข้างทาง หรือหยุดการทำงาน โดยเฉพาะการทำงานที่เกี่ยวข้องกับเครื่องจักรกล ซึ่งอาจเกิดอุบัติเหตุได้ ถ้าเวียนศีรษะมากควรนอนบนพื้นราบที่ไม่มีการเคลื่อนไหว เช่น พื้น และผู้ป่วยควรมองไปยังวัตถุที่อยู่นิ่ง ไม่เคลื่อนไหว

- รับประทานยาที่แพทย์ให้รับประทานเวลาเวียนศีรษะ
- พยายามอย่ารับประทานหรือดื่มมากนัก จะได้มีโอกาสอาเจียนน้อยลง
- หลีกเลี่ยงการเดินทางโดยทางเรือ เพราะจะทำให้มีอาการเวียนศีรษะมากขึ้นได้
- ถ้าอาการเวียนศีรษะน้อยลง ค่อย ๆ ลุกขึ้น แต่อาจรู้สึกง่วงหรือเพลียได้ แนะนำให้นอนหลับพักผ่อน ถ้าง่วงหลังตื่นนอน อาการมักจะดีขึ้น

2) การให้ยาบรรเทาอาการ และรักษา

- ควรจำกัดความเค็ม เพราะความเค็มหรือเกลือโซเดียมที่มีปริมาณมากขึ้นในร่างกาย จะทำให้มีน้ำคั่งในร่างกาย และในหูชั้นในมากขึ้น อาจทำให้อาการผู้ป่วยแย่ลงได้

- การรับประทานยาขับปัสสาวะ อาจทำให้น้ำคั่งในหูชั้นในน้อยลง ผู้ป่วยอาจมีอาการดีขึ้นได้

- ให้อาบน้ำหรืออาบน้ำฝักบัวอุ่น หรือคลื่นสั้น อาเจียน
- การรับประทานยาขยายหลอดเลือด(ฮิสตะมีน)จะช่วยให้การไหลเวียนของน้ำในหูดีขึ้น
- ถ้าผู้ป่วยหายเวียนศีรษะแล้ว ควรออกกำลังกายสม่ำเสมอ เพื่อเพิ่มเลือดไปเลี้ยงหูชั้นใน
- หลีกเลี่ยงสารคาเฟอีน(ชา เครื่องดื่มน้ำอัดลม และกาแฟ) เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ และความเครียด ซึ่งจะทำให้อาการของผู้ป่วยโรคนี้แย่ลง เนื่องจากจะไปลดเลือดที่ไปเลี้ยงหูชั้นใน

3) การผ่าตัด

เพื่อระบายน้ำที่คั่งอยู่ในหูชั้นใน จะทำเมื่อให้ยารักษาเต็มที่แล้ว อาการของโรคโดยเฉพาะอาการเวียนศีรษะไม่ดีขึ้น และรบกวนคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยมาก

- การทำลายอวัยวะควบคุมการได้ยิน และการทรงตัวในหูชั้นใน (labyrinthectomy) ซึ่งจะช่วยควบคุมอาการเวียนศีรษะได้ดี แต่ผู้ป่วยจะสูญเสียการได้ยินในข้างนั้นด้วย มักจะทำในผู้ป่วยที่สูญเสียการได้ยินในหูข้างนั้นมากแล้ว แต่ยังมีอาการเวียนศีรษะมากอยู่

- การตัดเส้นประสาท ที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการทรงตัวในหูชั้นใน(vestibular neurectomy) มักจะทำในผู้ป่วยที่มีอาการเวียนศีรษะมาก แต่ยังมีกรได้ยินดีอยู่

- การฉีดยาที่มีพิษต่อระบบประสาทหูและการทรงตัวเข้าไปในหูชั้นกลาง เพื่อให้ดูดซึมเข้าไปในหูชั้นใน เช่น gentamycin ซึ่งเป็นยาต้านจุลชีพกลุ่ม aminoglycoside เพื่อทำลายระบบประสาททรงตัว ทำให้อาการเวียนศีรษะน้อยลง แต่การได้ยินอาจเสียไปด้วย

ถึงแม้โรคมึนเวียน จะไม่มีวิธีรักษาที่ทำให้โรคหายขาด แต่อาการของผู้ป่วย ส่วนใหญ่สามารถควบคุมได้ด้วยยา และการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง.