

# มารู้จักอาการบ้านหมุน

อ.พญ.กนกรัตน์ สุวรรณสิทธิ์  
ภาควิชาโสต นาสิก ลาริงซ์วิทยา  
Faculty of Medicine Siriraj Hospital  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

คุณเคยอยู่ดี ๆ แล้วเวียนหัวเหมือนบ้านหมุนบ้างไหม จะเป็นสัญญาณเตือนของโรคอะไร อันตรายหรือไม่ จะพาไปรู้จักอาการบ้านหมุนกัน

อาการเวียนศีรษะ ไม่ใช่โรค เป็นเพียงกลุ่มอาการ อาจไม่ได้จำเพาะกับโรคใดโรคหนึ่ง ผู้ที่เป็นความดันโลหิตสูง เบาหวานก็อาจทำให้มีอาการเวียนศีรษะได้ แต่หากมีบ้านหมุนร่วมด้วย สาเหตุอาจเกิดจากระบบประสาทส่วนกลาง เช่น อัมพฤกษ์อัมพาต เส้นเลือดในสมองตีบ หรือเป็นโรคจากหู เช่น โรคมีเนียร์ หรือน้ำในหูไม่เท่ากัน ตะกอนหินปูนหูชั้นในเคลื่อนหลุด หูชั้นในอักเสบ เป็นต้น

ผู้ป่วยที่มีอาการเวียนศีรษะ อาจมีอาการเดินเซ โคลง ทรงตัวได้ไม่ค่อยดี แต่สำหรับอาการบ้านหมุน จะรู้สึกว้าวุ่นหรือสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวหมุน ในกรณีที่เป็นมากมักมีอาการคลื่นไส้ อาเจียนร่วมด้วย

สาเหตุส่วนใหญ่มาจาก 2 ปัจจัยหลัก คือ **ปัจจัยที่ 1 โรคทางระบบประสาทส่วนกลาง** ซึ่งอันตรายและรุนแรง ผู้ป่วยจะมีอาการของระบบประสาทส่วนกลางที่ผิดปกติร่วมด้วย เช่น พูดไม่ชัด ลิ้นแข็ง ปากเบี้ยว ไบหน้าเบี้ยว หรือแขนขาอ่อนแรง 2 ข้างไม่เท่ากัน ซึ่งอาการเหล่านี้จะเป็นอาการบ่งชี้ว่าอาจจะมีปัญหาหลอดเลือดสมอง เช่น หลอดเลือดในสมองตีบ โดยเฉพาะผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง โรคหัวใจ เป็นต้น ถ้ามีอาการดังกล่าวข้างต้นควรรีบมาพบแพทย์ให้เร็วที่สุด ภายหลังมีอาการ ส่วน**ปัจจัยที่ 2 โรคทางหู** มักจะมีอาการทางหูร่วมด้วย เช่น หูอื้อ เสียงในหู หรือว่าการได้ยินลดลง เป็นต้น

**การวินิจฉัย**ทำได้โดยการซักประวัติและตรวจร่างกายอย่างละเอียด รวมไปถึงการตรวจหู การตรวจระบบประสาทและการทรงตัว ในบางครั้งก็มีความจำเป็นในการตรวจการกลอกของลูกตาและการเคลื่อนไหวของลูกตาในท่าทางต่าง ๆ ผู้ป่วยบางรายจำเป็นต้องส่งตรวจทางห้องปฏิบัติการเพิ่มเติม โดยเฉพาะกรณีที่สงสัยว่าเป็นโรคหลอดเลือดสมองจำเป็นต้องได้รับการตรวจเอกซเรย์คลื่นแม่เหล็กหรือการตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์สมอง เพื่อวินิจฉัยหาตำแหน่งรอยโรค

**การรักษาขึ้นอยู่กับสาเหตุของโรค แต่ละโรคมีวิธีการรักษาที่แตกต่างกัน** เช่น การสังเกตอาการ การใช้ยา การทำกายภาพในโรคตะกอนหินปูนหลุดของหูชั้น

ผู้ป่วยในขณะที่ยังมีอาการเวียนศีรษะบ้านหมุนควรดูแลตัวเองให้ปลอดภัย เพื่อลดความเสี่ยงจากอาการที่เกิดจากโรค แนะนำให้งดกิจกรรมที่มีความเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดอุบัติเหตุ หรือพลัดตก หกล้ม เช่น การขับรถ ซี่มอเตอร์ไซด์ เพราะผู้ป่วยส่วนใหญ่มักมีอาการเวียนศีรษะเวลาขยับศีรษะเร็ว ๆ การพักผ่อนให้เพียงพอ การออกกำลังกาย การควบคุมโรคประจำตัว เช่น ความดัน เบาหวาน ให้ดี จะบรรเทาอาการ และทำให้อาการเวียนศีรษะหายเร็วขึ้น