

惱人的梅尼爾氏症

李先生是一名 38 歲的半導體公司工程師，就像大家所知的工時長、壓力大，三月中某一天，他在公司會議中突然感到劇烈的頭暈，似乎周圍的世界在旋轉。他無法站穩，噁心和嘔吐跟隨而來，使得他不得不提前離開辦公室。回家後，他發現自己的左耳出現了耳鳴，感覺像是有一陣持續的低頻噪音，而且異常的悶塞，聽力也有些下降，這樣的情況讓李先生來到了醫院就診。

經過問診和檢查，李先生被診斷出梅尼爾氏症，是一種內耳疾病，主要特徵是反覆發作的眩暈、波動性的聽力損失和耳鳴等症狀，他在本院進行治療後，情形大有改善。

誰容易得梅尼爾氏症？

梅尼爾氏症 (Ménière's disease) 是由法國醫師 Prosper Ménière 於 1861 年在一位患病少女身上發現的，他觀察到內耳病變會導致反覆發作的眩暈、耳鳴和聽力障礙。畫家梵谷是歷史上另一位有名的疑似梅尼爾氏症患者，嚴重的聽覺症狀讓他割下了自己的右耳，其漩渦狀的畫風猶如眩暈本身。統計上，梅尼爾氏症好發於中年人，年輕人也不少，較少兒童患者。每十萬人中約有 17 至 513 人

患有梅尼爾氏症，女性患病的比例略高於男性。

梅尼爾氏症有何症狀？

典型症狀包括反覆發作的眩暈、耳鳴和同側聽力損失，並可能伴有耳脹感及不能忍受大聲等聽力症狀。

(一) 眩暈

是最常見的症狀之一。患者的旋轉感可由溫和至很強烈，通常持續數十分鐘至數小時，可能伴隨有噁心、嘔吐、出汗等自律神經症狀。眩暈發作很難預期，頻率不定，可能在數日至數週內反覆發作。等一波的症狀緩解後，數月或數年內可能再發作，這可能是梅尼爾氏症最惱人的部分。

(二) 聽力損害

波動性聽力損害是明顯特徵，患者在數週，數日，甚至一天之內就有起伏變化。初期梅尼爾氏症多為低頻聽力損失，一開始常能漸漸回復，但隨著病程進展，長期下來中高频聽力也會逐漸受損，且無法回到正常。聽力損害和眩暈發作未必同時產生，可以先後出現。

(三) 耳鳴和耳脹感

耳鳴和耳脹感也常伴隨出現。耳鳴多持續不間斷，音質則相當多元，高频的蟲鳴或低頻的轟鳴聲都有可能。耳脹感類似於耳朵被堵住的感覺，但也能是明顯的壓迫感。耳痛及不能忍受較大的聲音也常伴隨梅尼爾氏症發作而出現。

梅尼爾氏症怎麼發生的？

為內耳的內淋巴水腫與梅尼爾氏症關係密切，可能影響內耳所主的聽覺和平衡功能，內淋巴液水腫形成的原因尚不完全清楚。此外，內耳相關系統的缺血、免疫變化也是可能的病因，目前的治療方式

多針對這些相關的致病機制建立。

如何治療梅尼爾氏症？

治療梅尼爾氏症的主要目標為(1)控制急性眩暈及聽力喪失，(2)減緩聽力及平衡功能惡化，及(3)預防復發。大部分病人可通過調整生活作息及口服藥物治療達到效果。對於口服藥物治療效果不佳的病人，可以考慮介入性治療，如鼓室內注射藥物或手術治療等等。

如何知道是不是梅尼爾氏症？

梅尼爾氏症的診斷主要依靠臨床症狀，輔以內耳功能檢查和影像學檢查。典型的梅尼爾氏症包含了上述所有症狀，但不一定每次發作時所有症狀都會出現，所以診斷要靠有經驗的醫師細心推斷。檢查為輔助功用，或用來評估治療效果及追蹤病情。聽力檢查可評估患者的聽力狀態，決定某些藥物（如類固醇）使用的時機。前庭功能檢查包括影像眼震儀、前庭肌電位及重心動搖儀等，可幫助評估前

庭平衡功能，決定治療的走向。影像學檢查如核磁共振，主要用於排除其他類似症狀的中樞神經病變，及呈現內耳內淋巴水腫的證據。

如何治療梅尼爾氏症？

治療梅尼爾氏症的主要目標為(1)控制急性眩暈及聽力喪失，(2)減緩聽力及平衡功能惡化，及(3)預防復發。大部分病人可通過調整生活作息及口服藥物治療達到效果。對於口服藥物治療效果不佳的病人，可以考慮介入性治療，如鼓室內注射藥物或手術治療等等。

(一) 調整生活習慣

避免梅尼爾氏症的誘發因子可以降低發作的機會。包含過量的鹽分、咖啡、尼古丁、奶製品、酒精及一些高鈣食物等等，建議限制一天的鈉攝取量至 2 至 3 克。季節變化、睡眠不足，生理作息改變，情緒起伏及壓力加重也是梅尼爾氏症發作的重要誘因。

(二) 藥物治療

眩暈的治療，主要以前庭抑制劑以及止吐劑等改善眩暈症狀。要減

緩內淋巴水腫除了飲食限鹽之外，還有口服利尿劑及組織胺相關藥物的使用。若合併聽力喪失時，可配合使用口服短期高劑量類固醇。此外，由於其他疾病發作時可能誘發梅尼爾氏症，如偏頭痛、睡眠呼吸中止症、自體免疫疾病或血管病變等，控制這些疾病可能減少梅尼爾氏症發作的機會。

(三) 介入性治療

當口服藥物治療無法有效控制眩暈，此時可考慮介入性治療。鼓室內（耳膜內）注射類固醇最為普遍且安全，對患者的聽力及眩暈症狀皆有幫助。手術及鼓室內注射慶大黴素的破壞性較高，臨床上較少用。

(四) 其他

物理治療平衡復健可幫助患者改善平衡能力，減少眩暈發作對日常生活的影響。若因反覆的眩暈發作而感到焦慮和抑鬱，可尋求心理支持和治療。

結語

梅尼爾氏症是一個內耳疾病，以眩暈、聽損、耳脹及耳鳴來表現。病理變化主要為內淋巴水腫，而實際機轉仍未明朗。診斷梅尼爾氏

症以臨床症狀為主，可適時使用檢查輔助。梅尼爾氏症發作期間需由醫師監測病情變化，來調整治療方案。本文目的，希望能讓患者及早識別症狀，尋求適當的醫療協助，並透過生活習慣的調整，有效地減少發作次數，提升生活品質。

耳鼻喉部主治醫師 楊庭華