

如

果你有天腳步浮浮，眼前景物搖搖擺擺，別以為自己一定是耳水不平衡，因為耳水不平衡，只是引致頭暈的其中一個原因，而且只佔頭暈患者約百分之五。

十多年前，當時才四十多歲的謝女士有天早上突然覺得天旋地轉，眼前傢俬搖搖擺擺，求診後醫生懷疑她患上耳水不平衡。

「最初求醫也不知何事，醫生給我處方止暈丸。之後不久就暈一次，由初期的兩年一次，到一年一次，直至近年的一年三、四次，愈來愈密！」

其後謝女士在政府專科診所求醫後，醫生轉介她到東區醫院進行測試，以確定是否患上耳水不平衡。

到底甚麼是耳水不平衡？我們的耳朵內，真的有耳水嗎？

養和醫院耳鼻喉頭頸外科中心聽力學專家區建國博士指出：「耳水不平衡正確名稱是『梅尼爾氏症』（Meniere's disease），的確是由耳水過多引致，令患

者產生暈眩及平衡方面的問題。但此病症被大眾濫用，一有頭暈就是耳水不平衡，其實此症，並不常見。」

聽力學專家區建國博士說，耳水不平衡在暈眩病症中只佔少數，暈眩不一定由此症引起。



區博士解釋，真正耳水不平衡，是因為前庭的淋巴液突然增多，致影響毛細胞輸出錯誤訊息。「我們的耳朵有兩個感應器官，一個是耳蝸，負責聲音傳導，一個是前庭，負責身體平衡及輸送暈眩訊息。耳水不平衡正是由於前庭的淋巴液突然增多，將毛細胞壓歪了，以致輸送連續的暈眩訊息。」

原來正常的耳朵結構，淋巴液分泌液體浸住毛細胞供應養分。惟毛細胞肩負傳送訊息重任，耳液過多會影響毛細胞的正常擺動或振動，因而傳出假訊息。

耳水不平衡四病徵

真正的耳水不平衡，有以下四個病徵：

頭暈一定耳水不平衡？

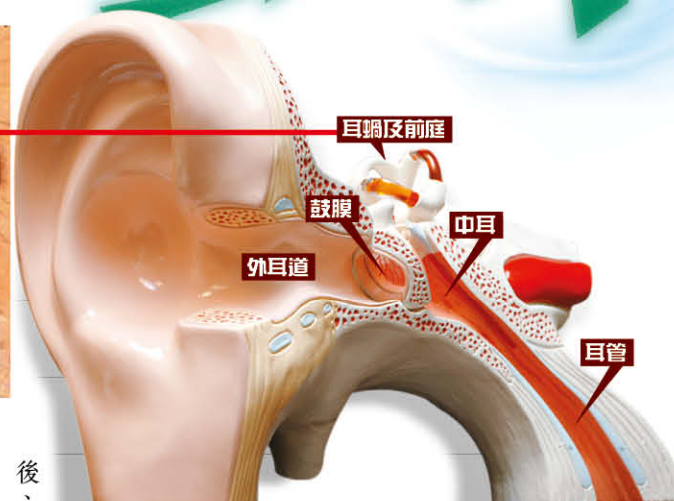
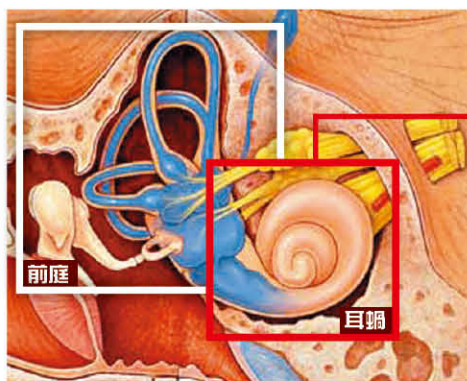
經常聽見人說有耳水不平衡，無論是感冒患者服藥後見頭暈，或是蹲下站起身覺頭暈，又或睡眠不足頭暈量，總之一頭暈就怪罪於耳水不平衡！

其實真冤枉，耳水不平衡頻頻被屈，頭暈元兇不一定是它，還有很多原因。今期就由專家解構到底甚麼是耳水不平衡，以及其他引致頭暈的真兇！

撰文：陳旭英 攝影：張文智 設計：章可儀

解構耳水不平衡

耳朵的前庭（白色框）負責傳導平衡訊息，如這位置的淋巴液增多（藍色位置），淋巴液擠壓毛細胞，就會影響訊息傳導，產生暈眩，是為耳水不平衡。前庭與耳蝸相通，故出現耳水不平衡時，患者聽力會受影響，除聲音傳導較差外，亦會產生耳鳴。



區博士說，未必每位患者都有齊以上四種病徵，有些只有三種病徵，都可以診斷為耳水不平衡。

為何前庭耳液會突然增多？區博士說，醫學上仍然未確定原因，但有研究指可能與遺傳有關，或與女性荷爾蒙變化有關，例如生產後、結婚後的女士，有較大機會出現耳水不平衡，但大部分患者病因不明。

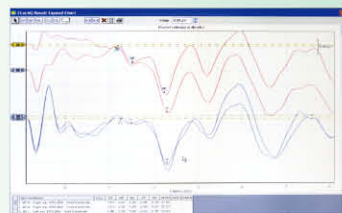
由於內窺鏡無法到達耳朵深處，故無法檢視外耳道以外的位置，亦無法量度耳液，要診斷是否患耳水不平衡，就是通過確認病徵及進行測試。

腦電圖偵測腦電波

測試耳水不平衡，可進行一項耳蝸電圖測試，患者要平躺牀上，戴上耳機及額頭貼上電極接收腦電波，測試開始時電腦會傳送聲音入耳道，刺激聽覺神經，得出耳蝸的腦電波圖表。如患者有耳水不平衡，耳蝸被耳水壓住，所以產生的耳蝸電圖會異



▼ 聽力專家分析腦電波，以確定患者是否因耳水過多而影響聽力傳導。



◀ 患者在額頭貼上腦電波偵測儀，並戴上耳機接收聲音，誘發腦電波。



◀ 懷疑患上耳水不平衡，可進行腦電圖測試。

人士可以透過復康運動，訓練肢體（特別是下肢）的平衡力，日後當耳液積多引致暈眩時，便能減輕徵狀。不過未必每位患者都能靠練習而保平衡，大多在病發時需在家休息，無法離家，以免過馬路時失平衡跌倒；由於患者天旋地轉，當然也無法工作。患者要等耳水退後，才能回復正常生活。

暈眩還有其他種類，其中一種是耳功能減退暈眩，患者主要因為年紀大，前庭的絨毛細胞退

其他頭暈答問：

1. 蹲下起身見頭暈，是因為耳水不平衡嗎？

答：不是。這是因為蹲下時心臟泵血的高度較低，當人重新站立時，心臟泵血的高度一時未能回復，致腦部不夠血，因而頭暈。

2. 暈船浪、暈車浪與耳結構損壞或不正常有關嗎？

答：暈浪不是病，只是適應的問題。例如昔日的船員上船後就算暈船浪，只要經過三至四日便能適應；又或中國訓練太空人或戰鬥機師，需要坐旋轉椅子，令隊員適應。

然而，在治療耳水不平衡上沒有萬靈藥，患者可能要試多種去水藥才能見效，有

計何時會病發，有些人每三個月一次，有些則每隔半年一次；病發前亦會有先兆，患者感到耳仔脹，因開始積耳水。



測試時，患者須灌水入耳道，令他/她產生暈眩。

引發暈眩四元兇

1. 耳水不平衡

- 由於前庭淋巴液增多，引致絨毛細胞受壓迫而誤傳暈眩訊息。患者以女性居多，因女性受荷爾蒙影響；全球又以白種人患者較多，黃種人第二，黑人最少，相信與基因有關。
- 耳水不平衡患者，大多在一隻耳出現，兩隻耳同時出現耳水不平衡屬少數。
- 耳水不平衡患者，佔暈眩患者總數約5%。

2. 良性陣發性體位性暈眩 (benign paroxysmal positional vertigo, 簡稱BPPV)

- 即耳石移位，跌進後半規管中，無論抬頭、低頭、躺下、坐起身或轉身都會覺暈眩。患者天旋地轉的感覺約維持五至十秒。
- 由耳石移位引起的暈眩，約佔暈眩患者兩成。

3. 前庭退化暈眩

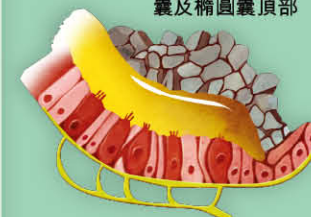
- 絨毛細胞隨著歲月而折斷，令感應有誤，發生錯誤的暈眩訊息，佔暈眩患者六成。

4. 感染性暈眩

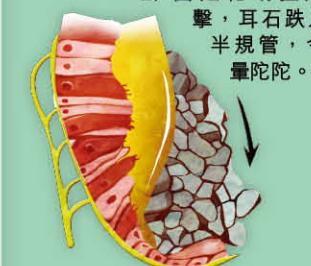
- 因前庭位置受病毒或細菌感染，致令絨毛細胞無法正常擺動，因而誤傳訊息。這種感染性暈眩約佔患者約一成。

耳石移位圖解

1) 耳石本位於前庭的球囊及橢圓囊頂部



2) 因退化或猛烈撞擊，耳石跌入後半規管，令人暈眩。



躺下休息暈眩漸止

另一種常見引致暈眩的，是耳石移位。「耳石位於前庭的球囊 (sacculus) 及橢圓囊 (utricle)，前者負責感應向前或向後移動的位置，後者感應人體

化，不能傳送正確暈眩訊息，所以我們經常見老人家口袋中備有藥油，就是因為前庭退化，經常暈眩。另外耳道發炎，例如受過濾性病毒感染或細菌感染，亦會令絨毛細胞產生不正常電波，引致頭暈。這些因炎症引起的暈眩，只需服藥消滅病毒或細菌就能解除病徵。

▶ 另一項「眼振測試」，可確認患者的前庭功能是否不正常。如前庭功能損壞，患者走路時會搖搖擺擺，難以平衡，無法走直線。



然而區博士認為，從臨牀病徵不一定能百分百確定引致頭暈的病因，故他建議，謝女士還是聽從醫生建議，到醫院排期做測試。因

既然引發暈眩有多種原因，為何醫生初步診斷謝女士是患上耳水不平衡呢？「我每隔一段時間發作一次，發作時會腳步浮浮及作嘔作悶，而且病發次數愈來愈密，所以應該是耳水不平衡，醫生安排我到醫院進行測試。不過我聽朋友說這病根本無法根治，做測試灌水入耳仔會好頭暈，好辛苦的！橫豎都無得醫，所以就沒有花時間去排期咯！」謝女士說。

跳高跳低。在正常情況下，耳石位於絨毛細胞頂，負責偵察人體平衡。但有機會因為新陳代謝或撞擊，令耳石移位，跌到後半規管位置。所以有人仰頭時會感到暈眩，維持五至十秒才消失。這種稱為良性陣發性體位性暈眩，可透過耳石復位法矯正，解決暈眩。」



◀ 又另一個測試，戴上此眼罩儀能測患者眼睛的振動幅度及頻率。

所以，耳水不平衡眩。」區博士說。

三個器官助平衡

他解釋，人有三個器官幫助平衡，分別是眼睛、耳朵及身體。

「當你雙眼望前面，自然能走直線，這就是眼睛及身體保持平衡；又例如花式溜冰運動員在空中旋轉後落地平穩不會失平衡，就是因為眼睛固定望一點及肢體擺動作平衡。為何可以這樣呢？其實只要三個器官中兩個正常運作，便能保持平衡及對抗暈眩。」區博士說。

些不幸的則無法靠藥物矯正，那麼怎麼辦？區博士說，可以透過進行「平衡復康運動」解決問題。何謂「暈眩復康」？「主要訓練眼及身體幫助平衡，可幫助患者病發時如何防禦因暈眩而跌倒。」區博士說。