

光ヶ丘健康フェア 第9回

貧血 めまいについて

光が丘内田クリニック
クオール薬局光ヶ丘店
コーシャハイム第二自治会

令和年9月11日

第9回光が丘健康フェア 令和元年9月11日

貧血 めまいについて

医療法人社団橙樹会 光が丘内田クリニック

内田数海



めまいには 2つのタイプがあります。

＜回転性めまい＞

目が回る、天井が回る、壁が流れるように見える

、身体がぐるぐる回る、身体が側方へ寄っていく、
身体がかたむいていく、深みに引っ張られる

突然起きて一定期間だけで治まる。

＜フラフラ感＞

気が遠くなる、失神しそう、立ちくらみ

足元がふらつく、よろめく

船や雲の上にいる感じ。地震が起きている感じ

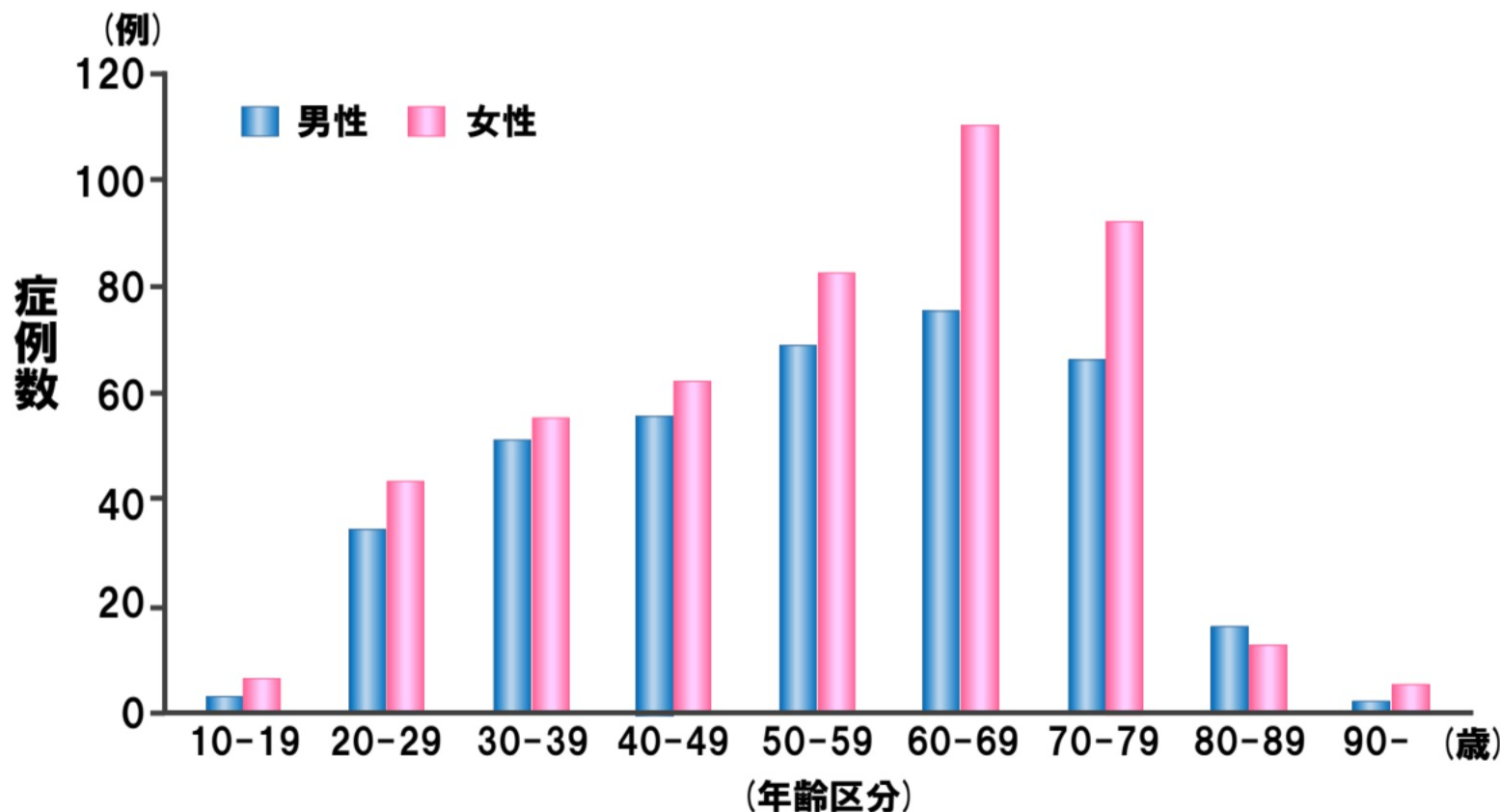
頭がふらふらする、頭が空っぽになる

突然起きて一定期間だけで治まる。

慢性で持続する。 → 貧血など

奈良県立医科大学附属病院めまいセンターにおける めまい新患者全体の年齢性別分布

(2014年5月～2016年4月の24ヵ月間)



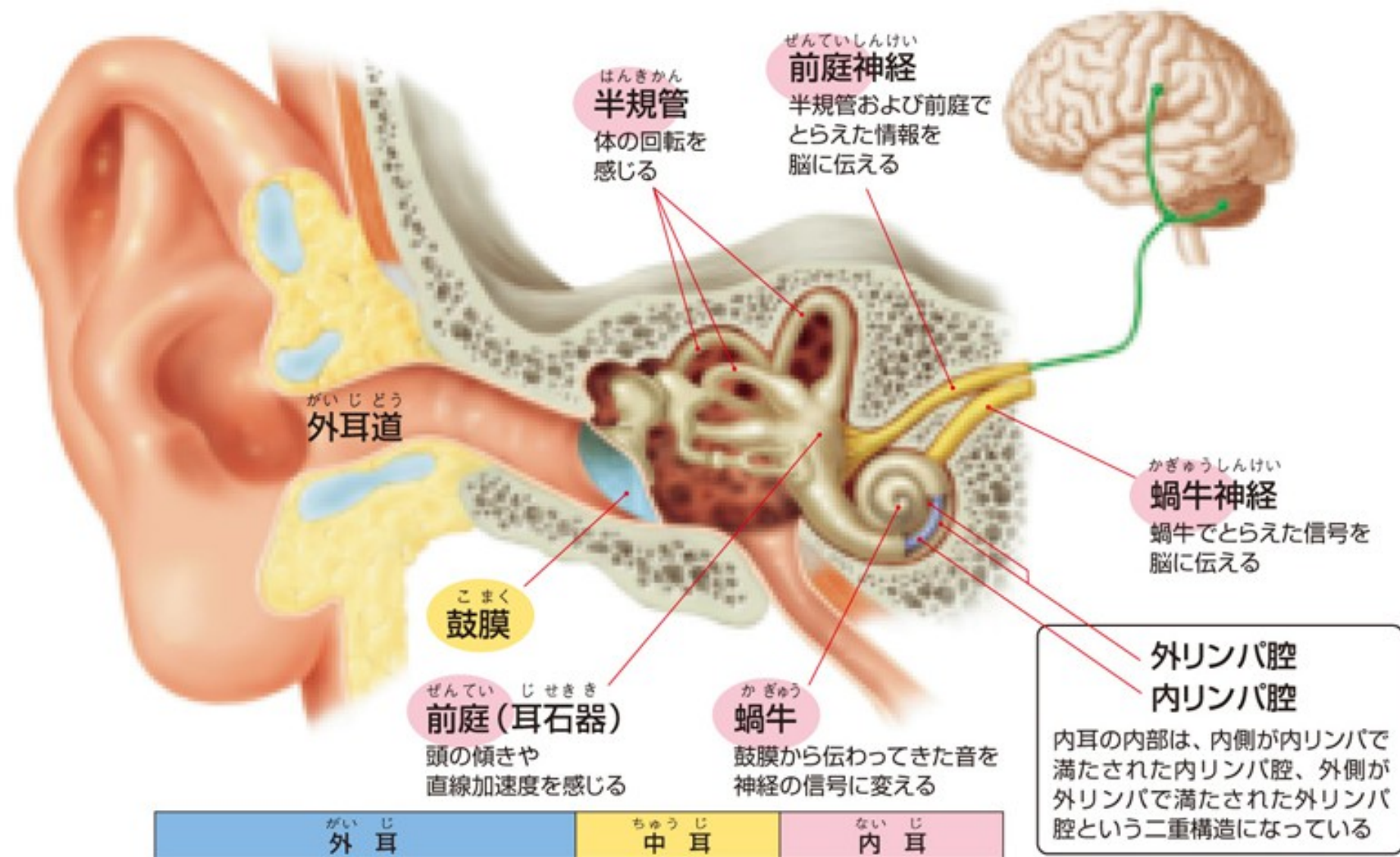
2014年5月から2016年4月までの24ヵ月間に、奈良県立医科大学附属病院めまいセンターを
外来受診しためまい新患者837例の年齢および性別の分布。

内訳: 男性370例 (44.2%)、女性467例 (55.8%)。年代のピークは男性・女性ともに60歳代。

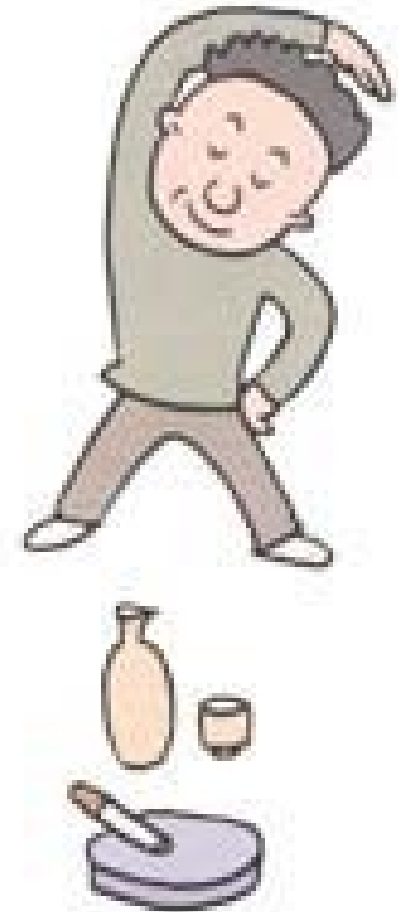
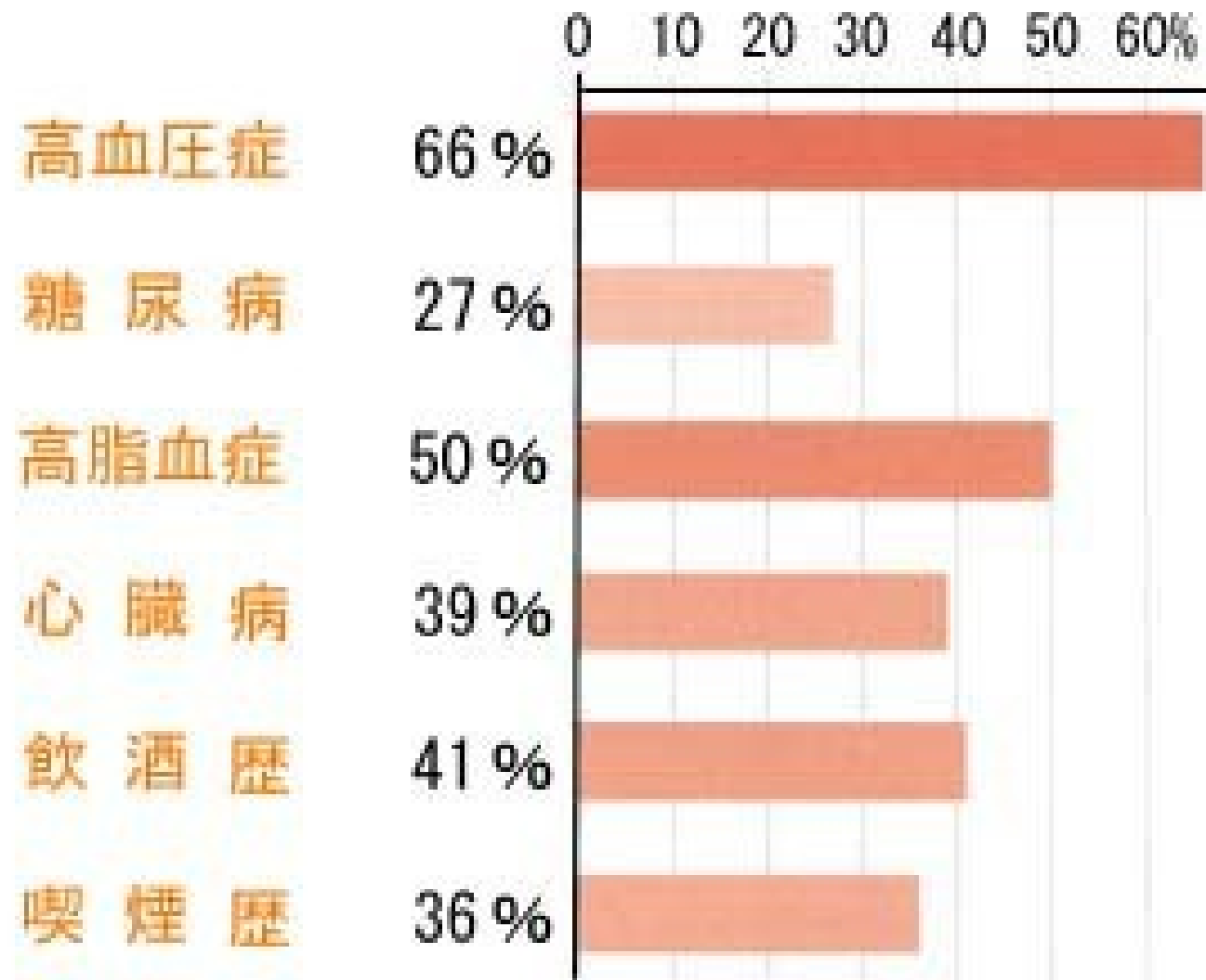
めまいの原因

- 耳疾患（メニエール病、良性頭位めまい）
- 視力異常（メガネが合わなくなる）
- 頚椎症（頚椎変形、椎骨動脈狭窄）
- 過度の血圧下降（降圧薬）
- うつ状態（不眠など）
- 脳疾患（脳梗塞、パーキンソン症候群）

●^{ないじ}耳(内耳)の構造と働き



めまいと関連のある病気



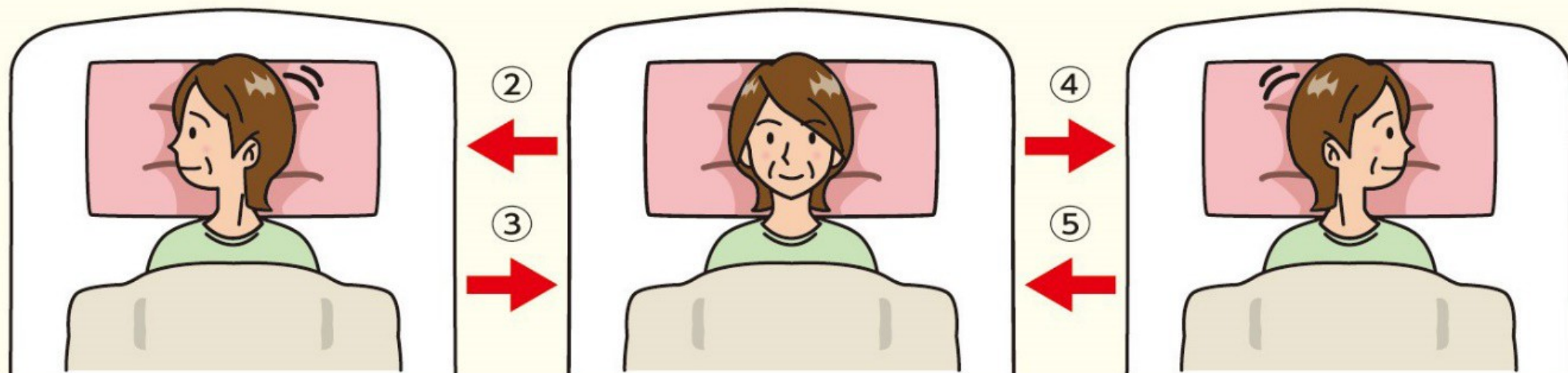
ラグビーワールドカップ 日本大会 9月20日開幕



＜グループA＞
・アイルランド
・スコットランド
・日本
・ロシア
・サモア



良性発作性頭位めまい症を治す「寝返り体操」



頭部のみ右を向く(10秒)

①あおむけの姿勢(10秒)

頭部のみ左を向く(10秒)

それぞれ10秒ずつ、朝晩3往復行う

①あおむけの姿勢

④頭部のみ左を向く

②頭部のみ右を向く

⑤あおむけに戻る

③あおむけに戻る

女性の65%は鉄不足の貧血があります。

立ちくらみ
ふらつき

息切れ

疲れやすい

動悸



寝起きがわるい

血液検査で確認しましょう

ヘモグロビン

赤血球の成分、貧血かどうかを示す値

フェリチン

体内の鉄の貯蔵量を示す値



ご清聴ありがとうございました

ベネチア



バチカン市国
サンピエトロ大聖堂