

## 對菜市場過敏？臺北神經醫學中心提醒：如果人多就頭暈，恐罹患 PPPD

不少人都有程度不一的頭暈症狀，醫師提醒，出現頭暈可能是中風或其他疾病的前兆，甚至有患者頭暈及不平衡的感覺超過 3 個月，就醫檢查後確認罹患「持續性姿勢-知覺性頭暈」（persistent postural-perceptual dizziness, PPPD），發作時甚至無法行走，嚴重影響生活及工作。

臺北神經醫學中心李薰華醫師指出，曾有一名居住在宜蘭的 75 歲女性，長期受頭暈症狀困擾，嚴重時甚至無法行走，該名女性為了治療頭暈看遍許多醫師，有醫師診斷是內耳不平衡，有醫師則認為與年紀相關，相關功能退化導致頭暈，但患者就醫多次，試過中、西藥，甚至偏方皆未能緩解頭暈症狀。原來這名女性就是 PPPD 患者，一般止暈藥物幫助不大，患者因為極度不適必須靠輪椅行動，但在透過多次前庭復健之後，患者頭暈不適大幅緩解，現在已能自行走路、搭車。【右圖：臺北神經醫學中心李薰華醫師】



PPPD 通常發生於一次急性前庭症候群之後，可能是患者在感冒過程中病毒感染，前庭神經發炎，或是其他頭暈的狀況發生之後罹病。患者的身體平衡系統對於動作及周遭環境非常敏感，頭暈時會伴隨搖擺、不平衡容易跌倒的感覺，當處於背景吵雜、人多的環境時，甚至會大受刺激而惡化。

李薰華醫師表示，一般頭暈患者有 2 成比例是 PPPD，且該疾病很常與焦慮及憂鬱共病。其發生原因，可能與大腦內神經傳導物質相關，但目前仍未完全釐清，一般透過抗憂鬱藥物配合平衡復健進行治療。由於 PPPD 為近年來較新的疾病名稱，許多患者罹病仍不自知，也容易被誤診為一般頭暈、眩暈甚至焦慮。服用止暈藥物不僅沒有治療的效果，也無法緩解不適的症狀，藉由適當的平衡復健，可以有效地使病人回復到正常生活與工作。



一般頭暈主要與視力、耳前庭功能、小腦功能及本體感覺相關，然而貧血，偏頭痛，姿態性低血壓及血壓過高也都會引發頭暈，許多人可能緩一下就不暈了，因此對於短暫性的頭暈大多不以為意。但事實上，一般頭暈患者有 10% 的機率可能中風或是中風的先兆，以雙和醫院眩暈暨平衡障礙中心的資料分析，專門眩暈門診中一年約 6 千名患者，有 20% 的患者檢查後發現是椎動脈狹窄等

血管問題，而這些患者皆是中風高危險群，值得注意的是，中風有年輕化的趨勢，提醒有頭暈症狀的民眾不要輕忽，應就醫排除中風等較嚴重的疾病，避免錯過黃金治療時機。（文/臺北神經醫學中心·秘書處）【左圖：一般頭暈患者有 10% 的機率可能中風或是中風的先兆】

- 讓你擺脫頭暈的「平衡復健運動」