

片耳の聴力が急低下する突発性難聴には「首のV字筋刺激」が効き、初期なら九割が回復

突発性難聴ハリ治療ネットワーク代表
一掌堂治療院長
ふじい 徳治 藤井徳治

突発性難聴の原因の一つは内耳の血流の滞り

最近、五十〜六十代の中高年を中心に突発性難聴を発病する人が急増しています。

突発性難聴とは、ある日突然、片方（まれに両方）の耳が聞こえづらくなる病気で、重度の症状になると、全く聞こえなくなることもあります。また、この突発性難聴にかかった患者さんの半数に、めまい・耳鳴り・吐きけなどの症状が見られるとされています。

突然、どうして難聴になるのかについては、さまざまな説があります。発症前にカゼに似た症状を起すケースが多いことからウイルス感染が原因ではないかという説、精神的なストレスが原因で引き起こされるという説、高血圧や

糖尿病にかかっている人に多く見られるので生活習慣病との関係が深いのではないかという説です。

そして、突発性難聴が起こる大きな原因の一つとされているのが、血液が内耳にうまく流れていない循環障害です。

耳は、音を集める外耳、鼓膜や耳小骨の動きによって音の振動を伝えたり増幅したりする中耳、聴覚や平衡感覚をつかさどっている内耳の三つの部分に分かれています。この中で内耳は、脳の一部といってもいいほど脳の近くに位置しており、複雑な形をした管で作られています。

また、内耳は、非常に精密な構造を持ち複雑な働きをしているので、正しく働くためには酸素や栄養を運ぶ血液が十分に送られることが、とても重要になってくるの

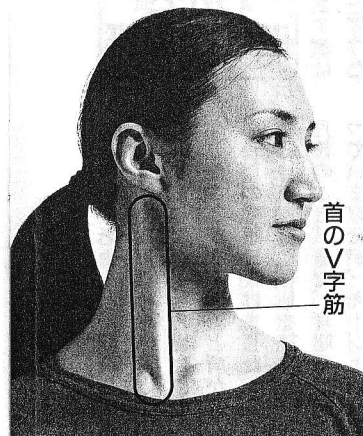
です。

この血液の流れが妨げられたり滞ったりすると、内耳の働きに変調をきたし、めまいや耳鳴り、難聴などの症状を起してしまいます。また、突発性難聴の患者さんには、頭痛・不眠・ウツなどを訴える人が多くいます。

V字筋を緩めると聴力の回復につながる

では、突発性難聴にならないためには、どうしたらいいのでしょうか。

耳鼻科の専門医によると、ストレスをためすぎないよう注意するのはもちろんのこと、ふだんから耳に過度な負担をかけないことが大切です。



首のV字筋

例えば、ヘッドホンで音楽を大音量で聞いたり、耳に気圧の大きな変化を与える登山やダイビングなどをすることはさけたほうが無難です。また、睡眠不足、長時間のデスクワークやパソコンの使用による過労、お酒の飲みすぎ、毛染め剤の多用なども耳の健康を損なう原因になるといわれているので注意しましょう。

これまで私は、数多くの突発性難聴の人を治療してきましたが、その中で、患者さんたちに共通して胸鎖乳突筋という場所が非常に緊張していることに気づきました。

胸鎖乳突筋とは両耳の下から鎖骨の中心に向けて斜めに走っている筋肉のことで、ちょうどV字型

四％の人の症状が消失、あるいは聴力が急激に回復しています。

さらに低音型突発性難聴（低音域の聴力が低下するタイプ）の人では、一〇〇％よくなっています。

なお、突発性難聴になって病院にかかり聴力が回復しても、後遺症として耳鳴りが残ってしまう人もおおいいます。しかし、後遺症の耳鳴りも針治療とV字筋刺激をすることで治るケースが、これまで数多く見られるのです。

V字筋刺激は突発性難聴の予防にも役立つ

では、自分でも簡単にできる首のV字筋刺激のやり方を説明しましょう。

これは、片方の耳に突発性難聴が起ったときの応急処置法です。まずはあおむけに寝て、首を難聴を起している耳と反対側に少しねじります。ただし、外出先や職場で行う場合は、体を起こしたままでもかまいません。ねじったときに首の側面に浮き

聴力回復につながると実感してきました。

V字筋の主なツボは、翳風（えいふう）完骨（かんぼく）天窓（てんそう）などです。針治療では、これらのツボを中心に細い針を刺して、軽く刺激を与えていきます。この針治療と並行してV字筋に首ほぐしのマッサージを数回行えば、こわばりが取れて難聴も回復していく例が多いのです。

患者さんの中には、一回の針治療とV字筋刺激で突発性難聴が解消してしまった人もいます。また発病から三週間以内であれば、九

に見えることから私どもは「V字筋」と呼んでいます。

内耳への血管は一本しか通っておらず、足などの血管のようにバイパスがありません。このV字筋がこわばると血管が圧迫され、内耳の血行が滞って聴覚に異常をきたす恐れが大きいのです。

そこで、滞った血流を正常に戻してあげることが、最善の対策となります。

私は、突発性難聴に針治療を行ってきた経験から、V字筋のまわりにあるツボを刺激することが、

首のV字筋刺激のやり方

①

あおむけに寝て、首を患部（難聴になっている耳）と反対側に少しねじる。

②

手の親指をV字筋の後ろの縁に当てた後、鼻かそのめを3秒間息を吸い、2秒間息を止める。

③

10秒くらいかけて口から息を吐き出しながから、親指に力を入れてゆっくり押し。

④

③の要領で、耳の下から鎖骨に向かってV字筋（図の①～⑤の順）を5カ所ほど押す。

左耳に起った突発性難聴が 首のV字筋刺激と針治療で 一〇日で回復しビックリ

わかさ
医学研究班

耳の中に水が入った
ように聞こえなかった

神奈川県に住む上田昭子さん
(五十四歳・仮名)は、今年四月の
ある日、左耳の聞こえ方が、いつ
もと違うことに気がつきました。

それは、図書館で司書をしてい
る上田さんが、いつもどおりに仕
事をしているときのことでした。

「利用者の方が、『〇〇の本はあ



突発性難聴の再発も皆無

りますか?」とたずねたのです
が、その本のタイトルが聞き取れ
なかったのです。自分で何かをし
やべると体の中に音が響く感じが
して、これはおかしいと思いまし
た」

上田さんは、仕事を終えてすぐ
に近くの耳鼻科を受診しました。
聴力検査をしたところ、数値が七
〇dB(普通の聴力だと〇〜二五dB。
数が大きいほど聴力が弱い)で、

かなり聴力が落
ちており、突発
性難聴と診断さ
れました。

「その耳鼻科で
は、うちでは手
に負えないか
ら、と大きな病
院を紹介されま
した。とても不

安になりました」

V字筋刺激で
耳のつまりが解消

そして上田さんは、かかりつけ
の鍼灸院である一掌堂治療院の藤
井徳治院長が「突発性難聴も針治
療でよくなる」と話していたのを
思い出したのです。早速、その夜
に上田さんは治療院に行きまし
た。

そして、このとき受けた治療
が、針治療と首のV字筋刺激でし
た。

針は、耳の後ろのつけ根の二カ
所など全部で二〇カ所打ち、耳の
後ろから鎖骨にかけて通っている
V字筋(胸鎖乳突筋)をマッサー
ジしてもらったといいます。

「治療した翌日に再び耳鼻科に行
くと、数値が六五dBに上がって

ました。しゃべるとまだ音が体の
中に響いている感じがしていまし
たが、これは効果があると思いい、
次の日に、また針治療と首のV字
筋刺激を受けたんです」

上田さんは、その翌日にも耳鼻
科で数値を検査してもらいまし
た。

すると、今度は五〇dBに回復し
ていたのです。たった四日間で、
みるみる数値が上がり、耳のつま
った感じもだいぶ回復して、体も
らくになったそうです。

その後も、一日おきくらいに治
療院に二回ほど通った上田さん。
「四回めに耳鼻科に行つて検査を
したところ、数値が二〇dBに上
がっていました。医師からは、もう
耳鼻科にはこなくても大丈夫です
よ、といわれました。

発病してすぐに治療したのが幸
いしたのか、突発性難聴と診断さ
れてから、約一〇日間で回復をし
てしまったのです」

上田さんは、今でも毎日、首の
V字筋刺激を行い突発性難聴の再
発を防いでいる、と話しています。