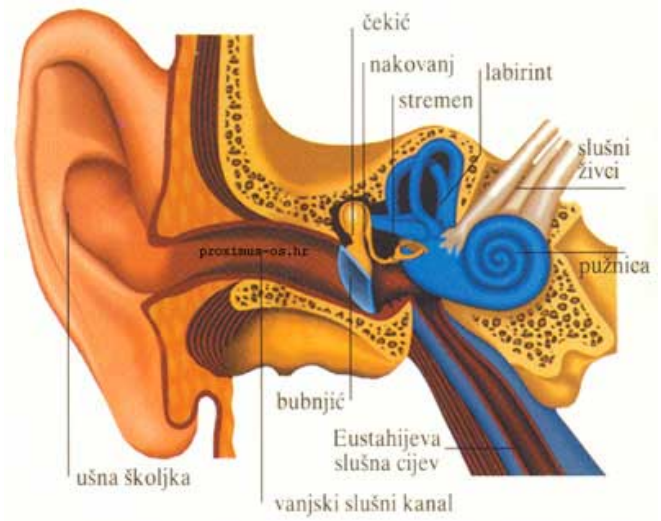
Vrtoglavica (lat. *vertigo*) je poremećaj orijentacije u prostoru koji se manifestira snažnom iluzijom kretanja u prostoru. To je stanje gdje osobe doživljavaju okretanje u glavi (
subjektni vertigo
) ili dezorijentaciju u prostoru što dovodi do osjećaja pokretanja stvari oko njih (
objektni vertigo
). Smetnje se pogoršavaju pomicanjem glave, kretanjem ili promjenom položaja tijela, a često se uz njih pojavljuje mučnina, šum u ušima i poremećaj sluha.

Ravnotežni sustav

Vestibularni sustav zadužen za održavanje ravnoteže je smješten u srednjem uhu i dio je slušnog labirinta unutar kojeg se nalaze tri slušne koščice (čekić, nakovanj i stremen) i tri polukružna kanalića unutar kojih su osjetne stanice koji zamjećuju kretanje endolimfe u tri dimenzije.



Uloga vestibularnog sustava je: orijentacija u prostoru, stabilizacija pogleda i regulacija držanja glave. Oštećenjem vestibularnog sustava nastaje iluzija kretanja bolesnika ili njegove okoline, osjećaj okretanja, vrtnja oko osi, ljuljanje ili naginjanje. Često je praćen vegetativnim

simptomima kao što su: mučnina, povraćanje, strah, neravnoteža, nistagmus sa ili bez zamagljenja vida.

Vrste vrtoglavice

Vrtoglavice mogu biti, u rjeđim slučajevima, **centralnog** podrijetla prouzrokovane tumorima (stražnje lubanjske jame, živca statoakustikusa i dr.) migrenom, multiplom sklerozom, moždanim udarom, infekcije mozga, moždana trauma, otrovanjem raznim tvarima, kao što su alkohol, sedativi i razni drugi otrovi te hipoksijom, odnosno slabom opskrbom kisikom i još brojnim uzrocima.

Najčešći razlozi vrtoglavica su ipak **periferni**, a to su:

- benigna položajna vrtoglavica,
- vestibularni neuritis,
- Ménièreova bolest
- ateroskleroza krvnih žila i
- traume vratne kralješnice.

Benigna položajna vrtoglavica nastaje promjenom položaja glave (okretanje, promjena položaja, ustajanje, zabacivanje glave unatrag). Osjećaj vrtnje može biti jak, traje kratko i često nema pridruženih simptoma. Osoba se uglavnom osjeća dobro. Može biti praćen ritmičnim treperenjem očiju dok sluh ostaje očuvan. Uzrok je nakupljanje vapnenih čestica, otolita u polukružnim kanalićima unutarnjeg uha.

Vestibularni neuritis (upala živca) započinje izrazitom vrtoglavicom, mučninom i ponekad povraćanjem, traje nekoliko tjedana a zatim postupno popušta kroz nekoliko tjedana. Uzrok može biti upala. Liječi se protuupalnim lijekovima, a po potrebi i mirovanjem.

Ménierеova bolest nastaje zbog povećanog stvaranja endolimfe, što povećava tlak u labirintu. Bolest nastaje "iz punog zdravlja", a bolesnik se žali na slabljenje sluha, vrtoglavicu, šum i punoću u uhu. Napadaj traje do nekoliko sati, a zatim se stanje bolesnika normalizira, no povećanjem broja napadaja uslijedi i trajno oštećenje sluha.

Ateroskleroza krvnih žila najčešći je uzrok ishemijskih poremećaja uslijed koje se javljaju: vrtoglavica, mučnina, povraćanje, smetnje hoda i održavanja ravnoteže, smetnje vida obostrano, dvoslike, smetnje gutanja i smetnje govora, blaži osjetni ili motorički ispadi.

T**raume vratne kralježnice** nastaju najčešće: trzajnom ozljedom vratne kralježnice (*Whiplash i njury*
), nagli pokreti glave pri kiropraktičarskim terapijskim postupcima, disekcije kraniocervikalnih arterija, nagli rotacijski pokreti glave, hiperekstenzija vrata (frizerski salon, operativni zahvati), spondilotske promjene na vratnoj kralježnici i sl.

Dijagnoza

U dijagnostičke svhe primjenjuju se:

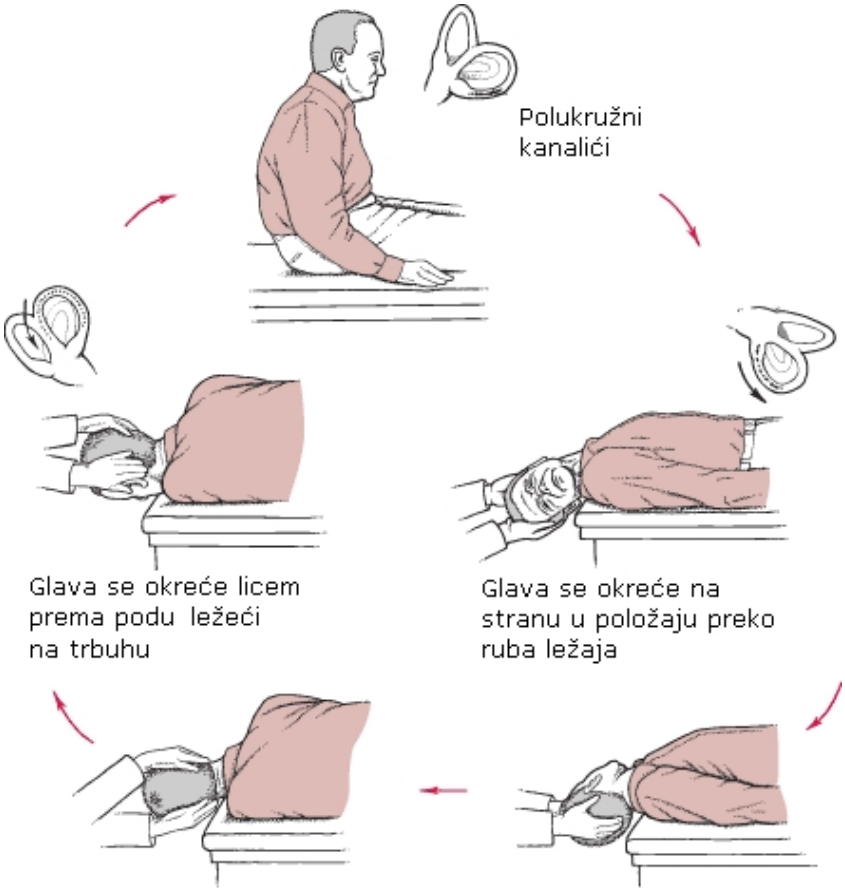
- krvne pretrage
- CT
- MR
- EEG
- rotacijski pokusi

Terapija

Od lijekova se primjenjuju **antibiotici** (kod upale uha), **antiemetici** (protiv povraćanja kod benigne vrtoglavice), rjeđe **a**
ntihistaminici
i benzodiazepini koji imaju za nuspojavu pospanost, te polivitaminski preparati. Od biljnih lijekova kod vrtoglavice su korisni
đumbir

,
ginko
biloba i ljekoviti čajevi od matičnjaka, gloga ili ružmarina. Potrebno je izbjegavati kavu, kola pića i crni čaj, te strogo mirovati, a u sklopu vestibularne rehabilitacijske terapije preporučuju se Brandt-Daroffove vježbe.

Vježbe



WebMD