

2 Νοεμβρίου 2020

Ίλιγγος: Οι πιθανές αιτίες

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



Οι ίλιγγοι σπάνια αποτελούν σοβαρό πρόβλημα υγείας, αφού στις περισσότερες περιπτώσεις είναι παροδικοί και υποχωρούν χωρίς θεραπεία.



Αν νιώθετε ότι παθαίνετε ίλιγγο μείνετε ξαπλωμένοι όσο χρειαστεί προκειμένου να περιορίσετε την πιθανότητα οξέος ιλίγγου.

Στο χρόνιο ή τον υποτροπιάζοντα ίλιγγο μία από τις καλύτερες θεραπείες είναι η φυσική άσκηση. Η μυϊκή δραστηριότητα ενισχύει σε σημαντικό βαθμό την ικανότητα του κεντρικού νευρικού συστήματος για αντιστάθμιση της λειτουργίας του λαβύρινθου και πρέπει να ενθαρρύνεται μόλις η ναυτία και ο έμετος υποχωρήσουν.

Τα συνηθέστερα φάρμακα που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση του ιλίγγου είναι τα αντισταμινικά, τα αντιχολινεργικά και τα καταπραϋντικά - υπνωτικά. Πρέπει να χορηγούνται όμως μόνο για σύντομη χρονική περίοδο.

Σύμφωνα με την Εθνική Βιβλιοθήκη Ιατρικής (NLM) των ΗΠΑ, οι πιο πιθανές αιτίες ιλίγγου είναι οι εξής:

Το να σηκωθεί κάποιος απότομα από την καθιστή θέση

Η γρίπη, το κοινό κρυολόγημα και διάφορες αλλεργίες

Τα χαμηλά επίπεδα σακχάρου στο αίμα

Τα προβλήματα στο εσωτερικό του αυτιού (όπως η νόσος Μενιέρ ή η φλεγμονή στο έσω ους- λαβυρινθίτιδα)

Η υπόταση και η ναυτία

Καρδιακή αρρυθμία

Σκλήρυνση κατά πλάκας

Εγκεφαλικό επεισόδιο ή όγκος στον εγκέφαλο

Πηγή: onmed.gr