

Vrtoglavica kod odraslih i dece



Kada vam se vrti u glavi, tlo se pomera ili imate osećaj da „se sve okreće na jednu stranu“, često je u pitanju vrtoglavica. Vrtoglavica tada može da traje duže ili kraće i da bude povezan sa različitim tegobama, npr. ošamućenost, mučnina, poremećaji vida ili sluha. Uzroci vrtoglavice obično bezazleni i uglavnom prolaze sami od sebe.

Kada se često pojavljuje vrtoglavica?

- **Kod naglih pokreta glavom** (npr. kada ustajemo iz kreveta). Tada se radi o *bezazlenoj položajnoj vrtoglavici* (= osećaj da se okolina vrti oko vas). Određeni pokreti nakratko - nekoliko sekundi do najduže pet minuta - izazivaju vrtoglavicu. Napad vrtoglavice može da bude povezan i sa mučninom, a u retkim slučajevima može doći i do povraćanja.
- **U starosti:**
Mnogi stariji ljudi imaju takozvanu *staračku vrtoglavicu*. Nekoliko lakših smetnji poput smetnji vida, sluha ili slabost u mišićima nogu mogu da doprinesu tome da ljudi u starosti počnu da se „gegaju“ i osećaju se nesigurno u prostoru.
- **Kod psihičkog opterećenja:**
Psihogeni vrtoglavica može da bude izazvana nekom situacijom koja vas opterećuje. Osim vrtoglavice, mogu se pojaviti i simptomi poput straha, lupanja srca, osećaja teskobe, drhtavice ili znojenja.

Šta možete sami da preduzmete protiv „napada vrtoglavice“?

Kada osećate vrtoglavicu:

- Ležite dok vrtoglavica ne prođe.
- Krećite se sporo i oprezno.
- Odmarajte se.
- Pijte puno tečnosti (pre svega vode).

Kada treba potražiti medicinski savet?

Obratite se porodičnom lekaru u sledećim slučajevima:

- Vrtoglavica ne nestaje odn. često se ponavlja.
- Imate problema sa sluhom.
- Zvoni vam u ušima ili čujete neke druge zvuke (opasnost: tinitus = zujanje u ušima bez izvora zvuka).
- Osećate obamrlost (npr. lica, ruku, nogu).
- Boli vas glava ili se osećate bolesno.
- Zabrinuti ste.

Kada je neophodno odmah potražiti medicinski savet?

- Onesvestili ste se.
- Imate smetnje vida (npr. dupla slika, zamućenje vida).

Da li je ordinacija vašeg porodičnog lekara trenutno zatvorena?

Obično je dovoljno ako ordinaciju pozovete narednog radnog dana.

Niste sigurni? Onda pozovite 1450, telefonsko Savetovalište za zdravstvena pitanja.

Više informacija naći ćete na www.wobinichrichtig.at.



**GESUND
WERDEN.**
Wo bin ich
richtig?