

Головокружение у взрослых и детей



Когда голова идет кругом, пол уходит из-под ног или есть ощущение «заваливания на бок», часто речь идет о головокружении. При этом чувство головокружения может длиться разное время и сопровождаться разными симптомами, например помрачением сознания, тошнотой, нарушениями зрения и слуха. Причина головокружения, как правило, безвредна и в большинстве случаев проходит сама по себе.

В каких случаях часто возникает головокружение?

- **При быстрых движениях головы** (например, при вставании с кровати). При этом речь идет о *доброкачественном позиционном головокружении* (= вестибулярном головокружении). На короткое время — от нескольких секунд до максимум пяти минут — эти движения могут вызвать чувство головокружения. Приступ головокружения может сопровождаться тошнотой и в редких случаях рвотой.
- **В пожилом возрасте:**
Многие пожилые люди страдают от так называемого *возрастного головокружения*. Некоторые небольшие нарушения, например нарушения зрения, слуха или мышечная слабость в ногах, с возрастом могут приводить к «шатающейся походке» и неуверенному ощущению в помещении.
- **При психических нагрузках:**
Психогенное головокружение может спровоцировать стрессовая ситуация. Помимо головокружения, могут возникнуть такие симптомы, как страх, тахикардия, подавленность, дрожь или испарина.

Какие меры можно предпринять самостоятельно для смягчения «приступов головокружения»?

Если вы чувствуете головокружение, то:

- прилягте, пока головокружение не пройдет.
- Двигайтесь медленно и осторожно.
- Отдохните.
- Пейте много жидкости (прежде всего воды).

Когда следует обращаться к врачу?

К семейному врачу нужно обращаться в следующих случаях:

- чувство головокружения не проходит или возникает заново.
- Вы испытываете проблемы со слухом.
- У вас звенит или шумит в ушах (опасность: тиннитус = звон в ушах без источника шума).
- Вы ощущаете онемение (например, лицо, руки, ноги).
- Вы испытываете головную боль или чувствуете себя больным.
- Вы ощущаете беспокойство.

Когда следует незамедлительно обратиться к врачу?

- Вы упали в обморок.
- У вас есть нарушения зрения (например, раздвоение зрения, расплывчатость изображения).

Кабинет вашего семейного врача сейчас закрыт?

Как правило, достаточно позвонить в следующий приемный день.

Вы не уверены? Тогда позвоните по номеру 1450 в телефонную консультационную службу здравоохранения.

Подробная информация указана на сайте www.wobinichrichtig.at.



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