

ما هو دوار الوضعة الانتيابي الحميد؟

المؤلف: شانون هوف مان، اخصائي علاج طبيعي

NeurologySection

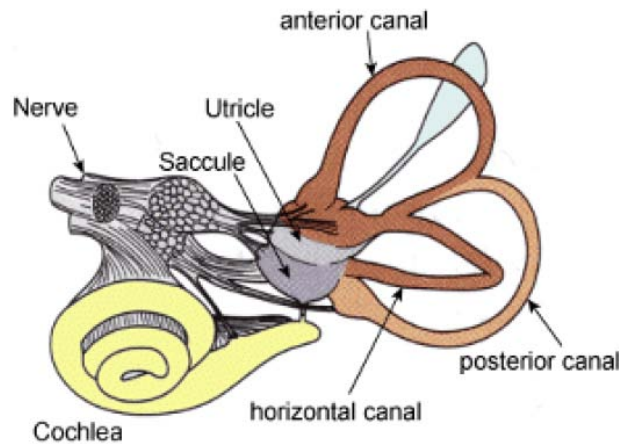


ما هو دوار الوضعة الانتيابي الحميد؟

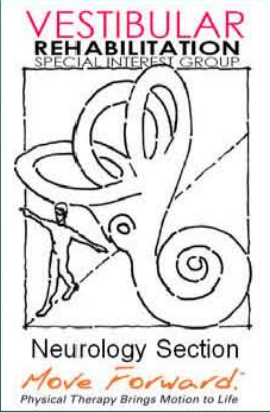
دوار الوضعة الانتيابي الحميد (BPPV) هو عبارة عن مشكلة بالأذن الداخلية التي تسبب الدوخة لفترات قصيرة عند تحريك الرأس في أوضاع معينة. ويظهر بشكل أكثر شيوعاً عند الاضطجاع والتقلب على السرير والنظر للأعلى. إحساس الدوخة يسمى بالدوار عادة ما يستغرق بضع ثواني إلى دقيقة واحدة ولكن غالباً ما يجعلك تشعر بأن الغرفة تدور من حولك. كما يجعلك أيضاً تشعر بدوار وفقدان للتوازن و الغثيان.

APTA

ما هي أسباب حدوث دوار الوضعة الانتيابي الحميد؟



يُعتقد أن هذا الدوار يحدث بسبب "حطام" والذي يسميه البعض بصخور الأذن والتي تتحرك من جزء واحد من الأذن الداخلية إلى الجزء



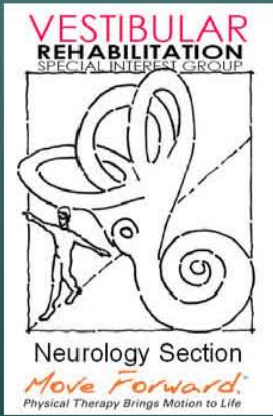
الأخر. وتسمى صخور الأذن هذه بغبار الأذن والتي هي عبارة عن بلورات كربونات الكالسيوم والتي من المفترض أن تكون قد لحقت بأحد أجزاء الأذن الداخلية المسمى بالقريبة (utricle). في دوار الوضعة الانتيابي الحميد، يصبحون متحررون ويدخلون في واحدة من القنوات النصف دائرية (عادة ما تكون القناة الخلفية) (أنظر الشكل). عندما تقوم بتحريك رأسك بطريقة معينة، تتحرك البلورات داخل القناة وتهيج النهايات العصبية ثم تسبب في حدوث دوخة لك نتيجة لذلك.

كيف يتم علاج دوار الوضعة الانتيابي الحميد؟

معظم الناس (85%) يشفوا من هذا الدوار بمحاولة بسيطة في العنق يجريها الطبيب أو المعالج الطبيعي والتي صُممت لتحريك البلورات من القناة وإعادتهم إلى المنطقة التي جاءوا منها (القريبة). المحاولة الأكثر شيوعا التي أُعدت لإصلاح المشكلة تسمى بمحاولة إيلي (Epley) والتي تتضمن حركة الرأس من خلال سلسلة من أربع وضعيات، حيث تبقى في كل وضعية لمدة تتراوح من 30-60 دقيقة تقريبا. وهناك محاولة أخرى تسمى بمحاولة سيمونت (Semont) والتي تشتمل على الحركة السريعة للجسم من الاضطجاع على أحد الجانبين إلى الاضطجاع على الجانب الآخر. في بعض الحالات، قد يطلب منك أداء مجموعة من التمارين التي تسمى بتمارين درانددت- داروف (Brandt-Daroff) والتي يتم

أدائها العديد من المرات يوميا لعدة أيام. هذه التمارين لم يتم تبنيها لمنع دوار الوضعة الانتيابي الحميد وربما تجعل الأعراض أكثر سوءا ولذلك هذه ليست الطريقة المفضلة لمعالجة هذا الدوار.

NeurologySection



ما السبب وراء عودة دوار الوضعة الانتيابي الحميد لي؟

هناك نظريتان عن سبب عودة دوار الوضعة الانتيابي الحميد وهما (1) انفصال بلورات جديدة، ودخولها إلى القناة وتسبب الأعراض مرة أخرى، أو (2) قد تقوم بإزالة بلورات متحررة من خلال وضع رأسك في وضعية معينة. عادة ما تتكرر المحاولات التي تمت مناقشتها سابقا لتحسين الأعراض وعادة ما تتسم بالفعالية للمعظم الناس. في حالات قليلة جدا والتي لا يمكن أن إجراء هذه المحاولات عليها، قد يأخذ في الاعتبار إجراء عملية جراحية والتي تسمى بـ "حشو القناة الخلفية" "posterior canal plugging" ولكن عادة ما تكون هذه العملية هي الملجأ الأخير ونادرا ما يتم إجرائها.

تمت ترجمتها بواسطة : مها المرواني

Translated by: Maha Almarwani

APTA

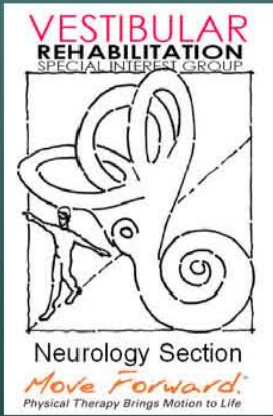
المراجع:

هاردمان سـجـ. توسا أـرـجـ. إدارة العلاج الطبيعي لدوار
الوضعة الحميم.

الموقع الإلكتروني:

<http://wpcontent.answers.com/wikipedia/en/0/0a/VestibularSystem.gif>

 NeurologySection



 APTA