د.أحمد قعقع أخصائي الأنف والأذن والحنجرة بمستشفيات الحمادي: : *معظم حالات الدوار الوضعي ليس خطيراً..ولابد من سرعة العلاج

أوضح الدكتور أحمد بن حسن قعقع أخصائي الأنف والأذن والحنجرة بمجموعة مستشفيات الحمادي بالرياض أن الدوار الوضعي الحميد أكثر أسباب الدوار شيوعًا، ويحدث عندما تتحرك بلورات كربونات الكالسيوم الصغيرة الموجودة طبيعيًا في الأذن الداخلية من مكانها إلى إحدى القنوات الهلالية،مفيداً إلى أنه عند تحريك الرأس، تتحرك هذه البلورات بشكل غير طبيعي، فيرسل جهاز التوازن إشارات خاطئة إلى الدماغ،مما يسبب الشعور بأن المكان يدور.

جاء ذلك في حوار مع الدكتور أحمد قعقع أخصائي الأنف والأذن والحنجرة بمستشفيات الحمادي بالرياض،حول الدوار الوضعي الحميد؛وفيما يلي نص الحوار:

*بداية ماهي أعراض الدوار؟

-تشمل الأعراض عادةً:إحساس قوي بدوران المكان أو الجسم،

ويبدأ الدوار عند تغيير وضعية الرأس،مثل:النهوض من السرير،والتقلب أثناء النوم،

والنظر إلى أعلى،وتستمر النوبة عادة من بضع ثوان إلى أقل من دقيقة،وقد يصاحبها:

غثيان أو قيء،وعدم اتزان لفترة قصيرة بعد النوبة،كما أنه لا يسبب عادةً:ضعفًا في السمع،أوطنينًا جديدًا في الأذن،أوفقدان الوعي،أو

ضعفًا أو تنميلًا في الأطراف.

*وما أسباب الدوار؟

-قد يحدث بسبب:التقدم في العمر،أوإصابة في الرأس،أو

التهاب سابق في الأذن الداخلية،وقد يظهر أحيانًا دون سبب واضح.

*وكيف يتم تشخيصه؟

-يعتمد الطبيب علىٰ:وصف الأعراض،وفحص يسمى اختبار ديكس-هالبايك (Dix-

حيث يحرك الرأس بطريقة معي Si،ومعرفة ما إذا كان الدوار وحركة العين اللاإرادية

(الرأرأة) تظهر.

*وما هو العلاج المناسب؟

-1.مناورات إعادة البلورات

إلى البلورات إعادة وهدفها ،مشابهة مناورات أو إيبلي مناورة هو الأساسي العلاج (Epley maneuver) مكانها الطبيعي.

غالبًا:

- تستغرق بضع دقائق.
- تعطي تحسنًا سريعًا عند كثير من المرضى.
- قد تحتاج إلى تكرارها إذا عادت الأعراض.

2.الأدوية،مثل:مضادات الدوار قد تخفف الأعراض مؤقتًا,

لكنها لا تعالج السبب، لذلك لا يُنصح باستخدامها فترات طويلة.

3.تمارين التوازن

إذا استمرت الأعراض، قد يوصي الطبيب بتمارين خاصة لتأهيل جهاز التوازن.

52:3 م

*وهل أتحرك أم أرتاح؟

-نعم، تحرك بشكل طبيعي ولكن بحذر،وتجنب الحركات المفاجئة للرأس،ولا تبقَ في السرير لفترات طويلة إلا إذا كانت النوبة شديدة،وعند النهوض من السرير:

1.اجلس أوًلا لمدة 60-30 ثانية.

2.ثم قف ببطء.

3.أمسك بشيء ثابت إذا شعرت بعدم الاتزان.

*وهل يعود مرة أخرى؟

-نعم،قد يعود لدى بعض الأشخاص بعد أشهر أو سنوات,لكن يمكن علاجه مرة أخرى بالمناورات نفسها.

*ومتى يجب مراجعة الطبيب فورًا؟

-راجع الطوارئ إذا كان الدوار مصحوبًا بأي من التالي:ضعف أو خدر في الوجه أو الذراع أو الساق،وصعوبة في الكلام،

وازدواج أو فقدان الرؤية،

وصداع شديد ومفاجئ،

وفقدان الوعي،ودوار مستمر لساعات دون أن يرتبط بحركة الرأس،وضعف سمع مفاجئ.

*وهل الدوار الوضعي خطير؟

-في معظم الحالات لا،فهو ليس مرضًا خطيرًا ولا يدل على جلطة أو ورم،لكنه قد يزيد خطر السقوط،خاصة لدى كبار السن،ولذلك من المهم علاجه والحرص أثناء

الحركة.