

# دوار الوضعة الانتيابي الحميد (BPPV)، لماذا أنا؟

Neurology Section

الكاتب: مارسيا تومسن، أخصائي علاج طبيعي



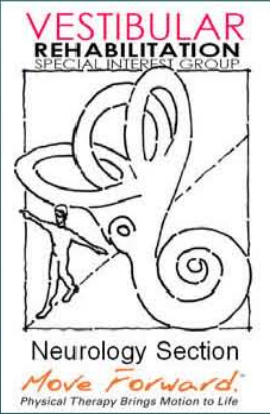
إذا تم تشخيصك بأنك مُصاب بدوار الوضعة الانتيابي الحميد (BPPV)، فربّما يكون لديك بعض الأسئلة مثل "لماذا حدث لي؟" أو "هل سيرجع مرة أخرى؟"

دوار الوضعة الانتيابي الحميد عبارة عن شكل شائع جدا من أشكال الدوخة، ويؤثّر على الأقل على 9 من كل 100 شخص بالغ متقدم في السن، لذا لست وحدك. لكن ما أسباب المشكلة؟ كيف تدخل بلورات الكالسسيوم أو "الصخور" أذنك الداخلية في المكان الأول؟

بينما قد تكون تعلمت ، فإن طبقة مادة كربونات الكالسسيوم تقع طبيعيا في جزء من الأذن الداخلية. يحدث دوار الوضعة الانتيابي الحميد عندما تفلت وتسقط قطع من بلورات الكالسسيوم في منطقة أخرى من ضمن قنوات التوازن. عندما يحدث هذا، فإن الحركات الطبيعية، مثل الحركة في السرير، تُؤدّي إلى الدوخة أو الدوران حيث أن تلك البلورات تتحرك معك.

APTA

NeurologySection

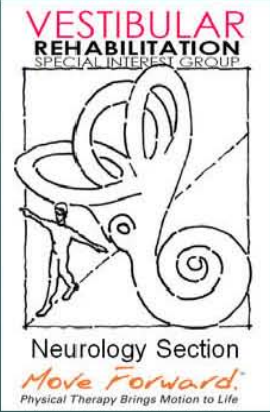


تَقَلَّتْ البَلُورَاتُ أَوْ الجَزِيئَاتُ الصَّغِيرَةُ لِسَبَبٍ أَوْ لِعَدَدٍ مِنَ الأسبابِ. دَوَارُ الوَضْعَةِ الانْتِيَابِي الحَمِيدِ قَدْ يَحْدُثُ بَعْدَ عَدْوِي فِي الأذُنِ الدَاخِلِيَّةِ أَوْ حُمَّى. الارتجاج أو الإصابة في الرقبة أو ضربة في الرأس قد تُسبب أيضاً كَسْرُ هَذِهِ البَلُورَاتِ وَتَحَرُّرُهَا. يُمَكِّنُ أَنْ يَحْدُثَ أَيْضاً دَوَارُ الوَضْعَةِ الانْتِيَابِي الحَمِيدِ مَعَ تَشْخِیصَاتِ الأذُنِ الدَاخِلِيَّةِ، مِثْلَ مَرَضِ مِينِيرٍ أَوْ أَمْرَاضِ الشَّقِيقَةِ. وَفِي أَوْقَاتٍ أُخْرَى، قَدْ لَا يَكُونُ لَهَا سَبَبٌ مَعْرُوفٌ وَرَبْمَا تَكُونُ فَقط جِزءٌ "طَبِيعِي" مِنَ الشَّيْخُوخَةِ. قَدْ اقْتَرَحَ بَأَنَّ دَوَارِ الوَضْعَةِ الانْتِيَابِي الحَمِيدِ قَدْ يَحْدُثُ فِي العَائِلَاتِ الوَاحِدَةِ. إِنَّ الشَّيْءَ المَهْمَ، مَهْمَا كَانَ السَّبَبُ، فَأَنَّ دَوَارِ الوَضْعَةِ الانْتِيَابِي الحَمِيدِ يُعَدُّ قَابِلًا للعلاج.

APTA

بالرغم من أن علاج دوار الوضعة الانتيابي الحميد يعد فعّالاً جداً، إلا أنه يعود مرة أخرى في 15 من كل 100 شخص سنوياً. حتى أن بعض الناس يُفيد بعودة الأعراض لديه، ربما موسمياً أو تزامناً مع التغييرات في الطقس. خلال ثلاث سنوات، يمكن الاستنتاج بأن تقريباً 50 بالمائة من الأشخاص قد يواجهون تكرار حدوث أعراض دوار الوضعة الانتيابي الحميد. إذا كان لديك إصابة في الرأس وهو المُسبب لحدوث دوار الوضعة الانتيابي الحميد، فإن خطر عودته لديك يكون أكبر.

NeurologySection



هَلْ بالإمكان أَنْ تَمْنَعُ دوار الوضعة الانتيابي الحميد مِنْ الحدوث ثانية؟ حيث أننا لا نَعْرِفُ بالضبط سبب حدوث دوار الوضعة الانتيابي الحميد، فمن المُحتمل أيضاً أن لا نستطيع معرفة منعه. غالباً ما يسألُ الناس إذا كان هناك دواء بسيط لَمْنَعُ هذا الدوار. لسوء الحظ لَمْ تُثَبِّتْ الأدوية فعّاليتها، فإنها بالأحرى يُمكنُ أَنْ تُسبِّبَ ضرراً أكثرَ مِنَ النفع. لذا، تَوَقَّعْ بأنّ دوار الوضعة الانتيابي الحميد سَيَعُودُ، لكن يُمكنُكَ معرفة الأعراض والخطوات الملائمة لحماية نفسك والحُصُولِ على المساعدة لحل المشكلة بسرعة!

إذا سألَكَ الطبيب أو مُزودَ الرعاية الصحية عن دوار الوضعة الانتيابي الحميد، فأفضل المصادر التي يُمكنُ أَنْ تشاركها معهم هي التعليمات الطبية الجديدة المدرجة أدناه:

1, 2:

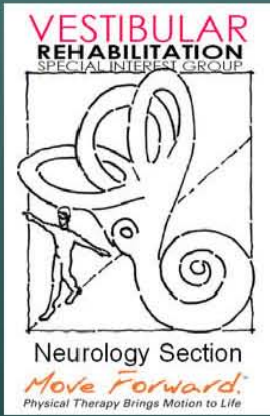
1. بهاتاتشاريان، باوجه ، أورفيداس، برونستون، كاس، تشاليان ، ديزموندال، إيرل ، فايف ، فولير ، القاضي جو، مان ، روزنفيلد ، شورينج ، شتاينير ، ويتني ، هيداري ج، أكاديمية طبّ الأذن والحنجرة الأمريكية - رئيس 2008; 47-81.139 S :

2. فايف ، دي جَي إيفرسون، ليمبيرت ت، وفي مكان آخر. بارامتر ممارسَة: علاج لدوار الوضعة الانتيابي الحميد(مراجعة تقوم علي دليل): تقرير لجنة معايير الجودة للجنة

الفرعية للأكاديمية الأمريكية لدراسة الجهاز العصبي. دراسة  
الجهاز العصبي 2008;2067:70-74.

تمت ترجمتها بواسطة : مها المرواني  
Translated by: Maha Almarwani

NeurologySection



APTA