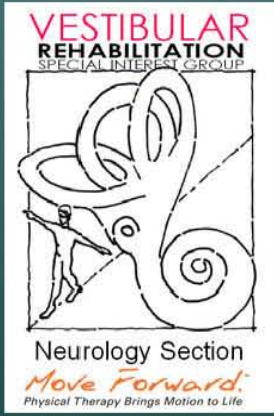


الحيز وحساسية الحركة؟

المؤلف: د.سوزان ويتي، أخصائي علاج طبيعي

NeurologySection



ما هو الحيز وحساسية الحركة؟

الناس الذين يعيشون مع الاضطرابات الدهليزية يواجهون في أغلب الأحيان أعراض الارتباك والتوهان في البيئات البصرية المزدحمة أو في وضعيات الانتقال مع الأنماط البصرية. ويطلق الأطباء على هذه المشاعر أحياناً الدوار البصري أو الحيز و حركة عدم الراحة. الأسواق المركزية ، و الحشود الكبيرة ، يمكن أن تسبب ضائقة كبيرة (الدوار والغثيان ، أو حتى حدوث الارتباك والتوهان) في الحيز مع الناس وحساسية الحركة. قد لا يتحمل الأطفال اللعب في الملعب والبيئات المزدحمة ، أو قد يشكون من اضطراب معوي عند الركوب في السيارة. قد لا 'يشكو' الأطفال الأصغر سناً ولكن بالأحرى يتفادون النشاطات ، وقد يبدو "غريبين" أو يبدو ثقيلون الحركة للغاية. يعتقد بعض العلماء بأن هذه الأحاسيس التي تُشعرُ بها قد تُتعلّقُ بالاعتماد المفرط على عيونك من أجل توازنك بدلاً من الاعتماد على أحاسيسك الأخرى (من أقدامك على الأرضية ومن أذنك الداخلية).

APTA

ما الذي يمكن عمله بالنسبة للحيز وأعراض الحركة ؟

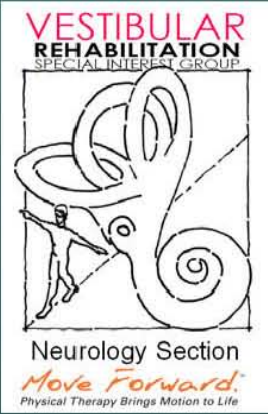
أحد أنواع العلاج الطبيعي تسمى بالتمارين الاعتيادية (habituation). التمارين الاعتيادية سوف تعرضك إلى أحاسيس مزعجة لكن ستعتاد عليها وتشعر تدريجياً بالتحسن . ويتم ذلك ببطء شديد ولذلك يمكن أن تستمر في العمل. هذا النوع من العلاج يتم الإشراف عليه في العيادة ويتم ممارسته أيضا في المنزل.

بعض الناس يعانون من أعراض سيئة جداً ولا يستطيعون تحمّل التمارين الاعتيادية. عند حدوث ذلك ، يقوم الأخصائي بالاتصال بطبيبك لرؤية ما إذا كان هناك دواء يُمكن أن "يُهدئ" أعراضك ،وبعد ذلك يستأنف برنامج التمرينات بعد أن يكون بإمكانك تحمل ممارسة التمارين.

تمت ترجمتها بواسطة : مها المرواني

Translated by: Maha Almarwani

NeurologySection



APTA