Úszás, vertigo és gyógyszerek: a szédülés meglepõ és mindennapos okai

2012. June 18. Monday 07:23

Legtöbbünkkel már valószínûleg elõfordult, hogy megszédültünk, például amikor túl hirtelen álltunk fel, aminek következtében pillanatnyi vér- és oxigénhiány állt be agyunkban. A felnõtt lakosság nagyjából egyharmada azonban ennél komolyabb mértékû szédüléstõl szenved, melynek leggyakoribb okait foglaljuk össze az alábbiakban.

Igen gyakori okai lehetnek a szédülésnek bizonyos orvosságok, például a vérnyomáscsökkentõk vagy egyes nyugtatók, ezért nagyon fontos, hogy ezeknek a dózisát a kezelõorvos állítsa be. Szintén szédülést okozhat a vashiány, melynek következtében lecsökken a vörösvérsejtek száma, és így nem jut elég oxigén az agyba. Aki migrénes, az is számíthat rá, hogy gyakran szédül, mivel a vererek beszûkülnek és így kevesebb vér jut az agyba. A John Hopkins Egyetem munkatársai arra a felismerésre jutottak, hogy MRI-felvételt követõen is gyakori lehet a szédülés, de egy ennél sokkal hétköznapibb ok lehet a kiszáradás, ezért fontos, hogy napközben mindenki elég folyadékot vegyen magához.

A szédülés okai között meg kell említeni az úszást is, mivel eközben igen gyakran megy víz az ember fülébe, ami megzavarhatja a belsõ fül egyensúlyrendszerét. Mindezt füldugó viselésével megelõzhetjük. Meglepõ módon egyes allergiák is állhatnak a szédülés hátterében, ilyen a mogyoró-, macska-, por-, vagy a pollenallergia, melyek során váladék termelõdik a homloküregben és a középfülben, ami szintén hatással van az egyensúlyra. Meg kell említeni a Meniere-betegséget is, mint a szédülés egyik okát, mely csak Angliában nagyjából 40 000 embert érint. Ennek az ismeretlen eredetû betegségnek során a belsõ fül élettani folyadékegyensúlya felborul, és ez a néhány percestõl kezdve akár egy egész napon át tartó szédülést is okozhat. Egy másik szédüléssel járó betegség a benignus paroxizmális pozicionális vertigo (jóindulatú helyzeti szédülés azaz BPPV), melynek hátterében az áll, hogy a három félkörös ívjáratban amúgy egyenletesen eloszló kalciumszemcsék besûrûsödnek s rögöt képeznek. Egészségeseknél a fej elmozdulásakor a kalciumszemcsék az ívjáratokban lévõ idegi receptorokat ingerlik, és a fej elmozdulásának az irányáról tudósítják az agyat. A rögképzõdés miatt azonban az inger felerõsödik, és az agyhoz érkezõ információ szerint a fej elmozdulása nagyobb mértékû, mint amekkora valójában, mindez pedig rövid szédülésrohamot eredményez.

Utolsónak maradt egy igen gyakori jelenség, mely szintén szédülést válthat ki, ez pedig a szén-monoxid mérgezés. A gázkészülékek rendszeres karbantartása ezért is rendkívül fontos, hiszen a szén-monoxid hatására a véráram nem képes felvenni az oxigént, így az agy sem képes megfelelõen dolgozni, ezért a szédülés mellett gyakran fejfájás, kimerültség, émelygés vagy mellkasi fájdalom is jelentkezhet.