



DNES / ZDENĚK ČÁDA

## Závrať se dá léčit



## Doporučujeme



Galerie: POROVNÁNÍ  
CEN POTRAVIN ZA 5 LET



PRŮVODCE DIETAMI:  
Od šílených po  
rozumné



Speciál: OČKOVÁNÍ PRO  
A PROTI



Chytrý nákup:  
NEKUPUJTE BLAFY

## Galerie

### Zdražování potravin



# Vitalia.cz, 12.02.2014

## Závrať se dá léčit



Coś jako závrať zažil každý. Pravá závrať je jiná. Jde o iluzi pohybu vlastního těla, jakoby pocit plavání, nebo předmětů kolem nás. Léčba je možná.

 Zdeněk Čada | Dnes 0:00

reklama

### Důvody bolesti žaludku

[www.detoxikace-organismu.info](http://www.detoxikace-organismu.info)

Věci o nichž byste raději nevěděli.  
Přečtěte si příběhy lidí jako Vy!



Nálepky: akrofobie Fobie Strach z výšek vertigo Závrať

Pocit rotace, tahu, nevolnost, zvracení – to vše jsou symptomy, které se vyskytují u závratí. Projevy těchto nepříjemných symptomů měl alespoň jednou každý z nás. Pravou závratí neboli **vertigem** se však nazývá pouze iluze pohybu vlastního těla nebo předmětů kolem nás.

Někdy je od pacienta složité získat přesný popis obtíží. Rovnováha je totiž zajišťována více senzory a jedná se o komplexní děj. V případě vertiga se nejedná přímo o nemoc, ale o příznaky nemoci (symptomy závratí se vyskytují až u 100 nemocí jako jejich průvodní příznak).

# Vitalia.cz, 12.02.2014

## Ušní šelesty a závrat

Tinnitus a vertigo, neboli ušní šelesty a závrat, jsou specifickou medicínskou problematikou na pomezí neurologie a ORL (ušní, krční, nosní). V některých případech si však problémy pacienta vyžadují i pomoc psychologa – psychické rozpoložení jedince často alespoň nepřímo nemoc ovlivňuje. Tato onemocnění se mohou vyskytovat současně (v tomto případě mají většinou často stejnou příčinu), stejně tak i zcela nezávisle na sobě.

## Ucho nikdy nespí

Příčiny vzniku tinnitu nejsou zcela známy. V současné době se však řada odborníků přiklání k tomu, že vyšší výskyt nemoci je způsoben narůstajícím stresovým a hlučným prostředím, ve kterém žijeme.

Je potřeba si uvědomit, že sluchové orgány zatěžujeme 24 hodin denně. Oproti tomu jiné orgány, například zrak, během spánku nepracují. Tinnitus se zřídka vyskytuje jako samostatná nemoc. Velice často bývá spojen s dalšími zdravotními problémy (například cévního či svalového původu) a šelest se projevuje jako jejich následek.

## Předpokládané příčiny ušního šelestu:

- stresové a hlučné prostředí,
- ušní a středoušní záněty,
- nadměrné zatížení zvukem, třesk,
- nádorová onemocnění,
- poškození krční páteře a čelistního kloubu,
- potíže s prokrvováním ucha,
- ototoxické působení některých antibiotik,
- otřes vnitřního ucha,
- roztroušená skleróza,
- srdeční onemocnění aj.

## Hučení v uších vede k depresi

Následky tohoto onemocnění nelze podceňovat. V některých případech sice dokáží pacienti s chronickým tinnitem projevy své nemoci přestat vnímat, nebo je alespoň částečně utlumí.

# Vitalia.cz, 12.02.2014

## Následky závratí končí i fobiemi

Závratě jsou velmi nepříjemným symptomem a mají různý charakter – od pouhé nejistoty, přes rotační vertigo, pocit plavání, až po tendenci k pádu. U některých pacientů, kteří prodělali silnou závrať, se může vyvinout s odstupem času určitá **fobie (strach)** v různých situacích – například chůze po úzkém mostě, pobyt v otevřeném prostoru nebo obava z výšek atd.

■ Závratě mohou také vyvolat faktory, jako jsou strach nebo fobie z výšek.

## Závrať se dá léčit

Základem úspěšné léčby je odhalení příčiny potíží. Základní vyšetřovací algoritmus se skládá z klinického otoneurologického vyšetření včetně odebrání podrobné anamnézy a přístrojového vyšetření. U některých typů závratí je prakticky jediným vodítkem k určení nejpravděpodobnější příčiny závratí především anamnéza pacienta. Udává se, že zhruba šedesát až sedmdesát procent závratí se dá diagnostikovat a léčit již na ambulantní úrovni.

Léčba poruchy rovnováhy se dá rozdělit na terapii pomocí léků (tzv. farmakoterapii), dále na psychoterapii a neméně důležitou vestibulární rehabilitaci, eventuálně klasickou fyzioterapii.

Farmakoterapie má velmi dobrý efekt především u akutních forem závratí, při kterých tlumíme především symptomatickou složku. U chronických forem závratí má roli především udržovací nebo preventivní.

Psychoterapie je nedílnou součástí léčby především chronických poruch rovnováhy, které mají psychogenní etiologii. Psychogenní závratě patří mezi jednu z nejčastějších příčin poruch rovnováhy v populaci. Vestibulární rehabilitace patří mezi klíčovou nefarmakologickou terapii u pacientů především s chronickým charakterem závratí.

**Tip: Česnek medvědí působí proti závratí**

## Prevence závratí

Prevence závratí závisí především na etiologii (soustavné hledání a vykládání příčin) závratí. Obecně se doporučuje upravit životosprávu ve smyslu redukce alkoholu, kofeinu, černého čaje, soli atd. Rovněž je důležitý dostatečný a kvalitní spánek, pobyt na čerstvém vzduchu, vyhýbání se stresovým situacím a především u starších pacientů se doporučuje vyvarovat všem činnostem, při kterých hrozí pád.

**Čtěte dále: Fobie lze mít z čehokoliv, věděl už Freud**

# Vitalia.cz, 12.02.2014

VITALIA.CZ > AUTOŘI > ZDENĚK ČADA

## Zdeněk Čada



As. MUDr. Zdeněk Čada, Ph.D., v letech 1999–2005 vystudoval 1. lékařskou fakultu na Univerzitě Karlově v Praze. V roce 2009 dokončil PhD studium na 1. lékařské klinice. Od roku 2005 pracuje jako odborný asistent na Klinice ORL a chirurgie hlavy a krku FN Motol. V roce 2011 složil atestaci II. stupně. Ve svém postgraduálním studiu byl zaměřen na glykobiologii nádorů hlavy a krku. V klinické sekci se věnuje otoneurologii, kofochirurgii, thyreo chirurgii a onkologii. V současné době působí také na klinice Zámeček Malvazinky.

WWW: <http://www.malvazinky-zamecek.cz/>

### Nejčtenější články autora

[Píská vám v uchu? Zásadní je nemyslet na to 4. 2. 2014](#)

[Závrat se dá léčit Dnes](#)

Seznam článků autora

Článek	Rubrika	Datum vydání	Počet názorů
<a href="#">Závrat se dá léčit</a>	Nemoci a úrazy	Dnes	-
<a href="#">Píská vám v uchu? Zásadní je nemyslet na to</a>	Nemoci a úrazy	4. 2. 2014	4