



SVIMMELHED

Hvorfor er jeg svimmel? Svimmelhed er meget almindeligt og en hyppig årsag til henvendelse hos lægen. Meget svimmelhed kræver dog ikke lægekontakt, fordi det går væk af sig selv. Svimmelhed kan have mange årsager. Noget stammer fra det indre øres balanceorgan, men også lidelser som fx stress, skulder-ryg-nakkeproblemer, bekymringer, forkølelser, varme, væskemangel, ændring i saltbalance, blodmangel, medicin-bivirkninger, synsproblemer, alder med dårlig mobilitet samt sygdomme i hjerte, blodkar, lunger, hjerne og nervesystem kan give svimmelhed.

Hvad er symptomerne? Svimmelhed fra andre steder end ørets balanceorgans føles mest som om man er ør eller groggy, ligesom sortnen for øjnene og usikker gang kan være symptomer. Svimmelhed, der stammer fra ørets balanceorgan, føles som om man er fuld eller søsyg - rummet kører rundt. Svimmelheden kan være ledsaget af kvalme og opkast og i sjældnere tilfælde øresusen (tinnitus) og høretab. Pludselige anfald af svimmelhed med kvalme eller opkast – også i liggende position – kan være meget ubehageligt og vækker hos de fleste angst, men det behøver ikke at være tegn på alvorlig sygdom. Hvis svimmelhed opleves i forbindelse med lammelser, føleforstyrrelser, smerter i brystet, uregelmæssig puls, tale og synkebesvær eller bevidstløshed, bør man straks søge hjælp hos ens egen praktiserende læge eller vagtlægen.

Hvad sker der hos ørelægen? Hos ørelægen udspørges du systematisk for at afgrænse årsagen til din svimmelhed. Der bliver suppleret med en høreprøve og i nogle tilfælde supplerende undersøgelser, der kan vise funktionen af dit balanceapparat.

Hvad skyldes svimmelhed fra ørene, og hvad kan jeg gøre? Kommer svimmelheden pludseligt - evt. ledsaget af kvalme og opkast - og varer i flere dage, hvorefter den langsomt bedres, skyldes det typisk en virus på balancenerven. Store doser binyrebarkhormon inden for de første tre døgn, kan hos nogle mildne forløbet. Det vigtigste er at bevæge sig omkring efter evne samt eventuelt balance-træning. Se mere om dette under "Patient-information" på www.dorthe-kjaer.dk. Kommer svimmelheden pludseligt i anfald, der varer maksimalt 2-3 minutter og næsten altid ved ændring af stilling, kan der være tale om øresten. Fx kan svimmelheden udløses af, at

man vender sig i sengen fra ryg til sideleje eller drejer hovedet til den ene side, enten højre eller venstre side, ligesom det kan opstå, hvis man bøjer nakken bagover. I tilfælde af øresten kan svimmelheden også være ledsaget af kvalme og opkast. Behandlingen består i at "hælde ørestenene på plads igen". Læs mere om dette under Patient-information" på www.dorthe-kjaer.dk. Er svimmelheden ledsaget af høretab på det ene øre, kan der være tale om mere kroniske øresygdomme. Disse kan kræve yderligere udredning og behandling.