

Болезнь Меньера

Болезнь Меньера — негнойное заболевание внутреннего уха, при котором стойко снижается слух. Сопровождается периодическими приступами головокружения и шумом в ушах. Синоним болезни Меньера: эндолимфатическая водянка.

Заболевание обычно возникает в возрасте от 40 до 60 лет. Женщины страдают болезнью Меньера чаще, чем мужчины.

Эндолимфа — жидкость, заполняющая структуры внутреннего уха (улитку и полукружные каналы) и омывающая чувствительные клетки слухового и вестибулярного анализаторов. В норме поддерживается постоянный объем эндолимфы и содержащихся в ней электролитов (калий, натрий, хлор и др.), при этом регуляция объема и состава происходит независимо от других жидкостей организма.

При нарушении регуляторных механизмов может происходить увеличение объема эндолимфы с изменением нормальной концентрации электролитов. Это состояние называют эндолимфатическим гидропсом (болезнью Меньера). Развитие эндолимфатического гидропса может проявляться: флуктуирующим ощущением заложенности ушей, меняющимся шумом в ушах, снижением слуха, приступами головокружения, которые длятся до 12 часов и могут сопровождаться тошнотой и/или рвотой.

Лечение гидропса включает в себя медикаментозную терапию и немедикаментозные методы: модификация образа жизни и соблюдение специальной диеты.



- А. эндолимфатический мешок
- С. улитковый проток
- В. полукружные каналы
- Д. преддверно-улитковый нерв



- А. заблокированная жидкость приводит к отеку
- С. отек искажает звуковую информацию
- В. отек искажает информацию о равновесии
- Д. искаженная информация попадает в мозг

РЕКОМЕНДАЦИИ

В МЕЖПРИСТУПНОМ ПЕРИОДЕ

- исключить резкое изменение давления в среднем ухе (занятие дайвингом, высмаркивание с усилием, избегать заложенного носа при перелётах в самолёте)
- достаточный сон
- профилактика стресса и усталости
- умеренные аэробные нагрузки
- исключить приём алкоголя и никотина
- рекомендуется вестибулярная реабилитация (специальный комплекс упражнений для компенсации расстройств равновесия)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ДИЕТЕ

- ограничить потребление соли до 1-2 г в день. Минимальная продолжительность бессолевой диеты 4 дня, максимальная – 15 дней
- исключить приём глутамата (соусы, чипсы, снеки)
- ограничить приём готовых продуктов (колбасы, копчёности, консервы, рассолы)
- исключить или уменьшить приём кофеинсодержащих продуктов (кофе, шоколад, кока-кола)
- допустимо употребление одной чашки в день натурального свежесваренного кофе
- ограничить приём аспирина — может усиливать шум в ушах (только после консультации лечащего врача)

Для того чтобы пройти исследование, лечение и получить рекомендации, которые позволят уменьшить частоту приступов системного головокружения, записывайтесь на приём



- по телефону регистратуры 8 (863) 227-00-00;
- на нашем сайте окдц.рф
- отправив sms-сообщение со словом «заказ» на номер 8-918-529-03-55

- через чат-бот в Телеграм «Хочу к врачам ОКДЦ»

