

Polohovací manévry pro pacienty s benigním paroxysmálním polohovým vertigem

(modifikovaný Epleyeho manévr)

Autor: **doc. MUDr. Jaroslav Jeřábek, CSc.**
Neuro-otologické centrum 1. a 2. LF UK v Praze a FN Motol

Polohové závratě

Polohové závratě u benigního paroxysmálního polohového vertiga jsou nejčastější příčinou závratí. Benigní paroxysmální polohové vertigo je vyvolané drobnými vápennými krystalky, které se uvolní z jedné části rovnovážného ústrojí a napadají do druhé části, tzv. polokruhových kanálků. V naprosté většině je postižen jeden kanálek. Benigní paroxysmální polohové vertigo je léčitelné polohovacími manévry, které by nejprve měly být provedeny lékařem, ale později je může provádět sám pacient podle přiloženého schématu.

Uvedené cvičení je určeno pro pravý a levý zadní polokruhový kanálek a musí se vždy týkat postižené strany.

Manévr má být prováděn 3x po sobě, 2x denně ráno a večer. Pokud to denní režim umožní je s výhodou provádět cvičení i v poledne (tedy 3x denně).

Po posazení můžete pociťovat až několik minut trvající nestabilitu a nejistotu. Někdy se po manévru může objevit i mírná nevolnost. Tyto potíže by měly ale postupně odeznít. Pokud by došlo k výraznému zhoršení potíží, nebo dlouhodobému přetrvávání nejistoty a závratí je nutné kontaktovat lékaře.

Je nutné zdůraznit, že všeobecně je cvičení dobře snášeno a lze očekávat ústup potíží většinou od několika dní do 1–3 týdnů.

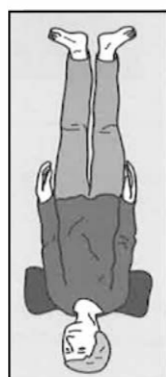
Epleyho manévr – cvičení pro postižení levé strany



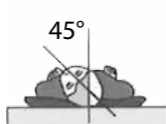
Manévr zahajujeme vsedě na lůžku s nataženýma nohama. Stočíme hlavu 45 stupňů k levé straně.



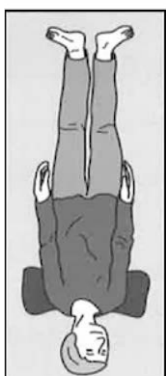
1.



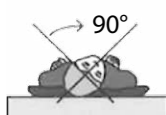
Co nejrychleji se položíme na záda, která můžeme pro zvýšení efektu mírně podložit pod lopatkami tak, aby byla hlava v mírném záklonu. Uvedená poloha by měla vyvolat závrať. Důležité je v poloze nznak s rotovanou hlavou vydržet pokud závrať neodezní.



2.



Co nejrychleji otočíme hlavu o 90 stupňů k druhé straně (doprava). Tato poloha může vyvolat chvilkovou závrať, která by měla odeznít rychleji.



3.



Jakmile odezní závrať, počkáme asi půl minuty a pak se otočíme na pravý bok a hlavu stočíme tak, aby se nosem dotýkala lůžka. V této poloze počkáme na odeznění případné závrať.



4.



Z polohy na boku spustíme nohy z lůžka a posadíme se.

5.

Polohovací manévry pro pacienty s benigním paroxysmálním polohovým vertigem

(modifikovaný Epleyho manévr)

Autor: doc. MUDr. Jaroslav Jeřábek, CSc.
Neuro-otologické centrum 1. a 2. LF UK v Praze a FN Motol

Epleyho manévr – cvičení pro postižení pravé strany



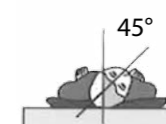
Manévr zahajujeme vsedě na lůžku s nataženýma nohama. Stočíme hlavu 45 stupňů k pravé straně.



1.



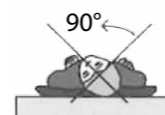
Co nejrychleji se položíme na záda, která můžeme pro zvýšení efektu mírně podložit pod lopatkami tak, aby byla hlava v mírném záklonu. Uvedená poloha by měla vyvolat závrať. Důležité je v poloze nznak s rotovanou hlavou vydržet pokud závrať neodezní.



2.



Co nejrychleji otočíme hlavu o 90 stupňů k druhé straně (doleva). Tato poloha může vyvolat chvilkovou závrať, která by měla odeznít rychleji.



3.



Jakmile odezní závrať, počkáme asi půl minuty a pak se otočíme na levý bok a hlavu stočíme tak, aby se nosem dotýkala lůžka. V této poloze počkáme na odeznění případné závrať.



4.



Z polohy na boku spustíme nohy z lůžka a posadíme se.

5.

Polohovací manévry pro pacienty s benigním paroxysmálním polohovým vertigem

(modifikovaný Epleyho manévr)

Autor: doc. MUDr. Jaroslav Jeřábek, CSc.
Neuro-otologické centrum 1. a 2. LF UK v Praze a FN Motol



Betaserc je v klinické praxi uplatňován v akutní i chronické symptomatické léčbě různých forem vestibulárního vertiga²

- **Dlouhodobá léčba** v závislosti na diagnóze^{3,4}
- **Prokázaná účinnost a bezpečnost^{1,3,4}**

Individuální dávka až do **48 mg/den**

Betaserc nemá žádné preskripční omezení - není omezen specializací lékaře!

VELKÉ BALENÍ
100 tbl x 24 mg



Základní informace o přípravku: Betaserc 8 mg, 16 mg a 24 mg tablety

Složení: Betahistini dihydrochloridum 8, 16 nebo 24 mg v 1 tabletě. **Indikace:** Ménièreův syndrom, charakterizovaný následující trojicí základních příznaků: vertigo (s nauceou až zvracením), ztráta sluchu (zhoršení sluchu), tinnitus. Symptomatická léčba vestibulárního vertiga. **Dávkování a způsob podání:** Dospělí 24-48 mg denně (8 až 16 mg 3x denně, nebo 24 mg 2x denně). Dávkování má být individuálně upraveno podle odpovědi pacienta. **Kontraindikace:** Hypersenzitivita na léčivou látku nebo na kteroukoli pomocnou látku. Feochromocytom. **Zvláštní upozornění a opatření pro použití:** Pacienti s bronchiálním astmatem a anamnézou peptického vředu by měli být během léčby pečlivě sledováni. **Interakce:** Při užití betahistinu současně s inhibitory MAO (včetně selektivního MAO-B) se doporučuje opatrnost. Vzhledem k tomu, že betahistin je analogem histaminu, může interakce betahistinu s antihistaminiky teoreticky ovlivnit účinnost jednoho z těchto léků. **Těhotenství a kojení:** Používání betahistinu během těhotenství je vhodné se preventivně vyhnout. Není známo, zda je betahistin vylučován do mateřského mléka. **Nežádoucí účinky:** Gastrointestinální poruchy – nauzea, dyspepsie, mírné žaludeční obtíže, které obvykle mizely při užívání přípravku během jídla nebo při snížení dávky. Byla hlášena bolest hlavy, dále hypersenzitivní reakce, např. anafylaxe, projevy přecitlivělosti kůže a podkoží, zvláště angioneurotický edém, kopřivka, vyrážka a svědění. **Zvláštní opatření pro uchovávání:** Žádné zvláštní teplotní podmínky uchovávání. Uchovávejte v původním obalu, aby byl přípravek chráněn před vlhkostí. **Balení:** 8 mg x 100, 16 mg x 60, 24 mg x 50 a 100 tablet. **Držitel rozhodnutí o registraci:** Mylan IRE Healthcare Limited, Unit 35/36, Grange Parade, Baldoyle Industrial Estate, Dublin 13, Irsko. **Registrační čísla:** Betaserc 8: 83/123/89-C, Betaserc 16: 83/309/00-C, Betaserc 24: 83/368/03-C. **Datum poslední revize textu:** 16. 1. 2020. **Způsob výdeje:** Vázaný na lékařský předpis. **Způsob úhrady:** Hrazený z veřejného zdravotního pojištění. **Dříve, než přípravek předepíšete, seznamte se, prosím, s úplnou informací o přípravku (SPC).**

Reference: 1. SPC Betaserc 24 mg, datum poslední revize textu: 16. 1. 2020. 2. Šramková I. Skúsenosti s betahistínom v liečbe závratoých stavov (retrospektívne sledovanie). Nové trendy v liečbe vestibulárneho vertiga. Súč Klin Pr 2007; 1: 23-29. 3. Albera R. Betahistine in the treatment of Ménière's diseases and other balance disturbances. Review of its efficacy and safety. Otorinolaringol 2005; 55(2): 115-121. 4. Strupp M. et al. Long – term prophylactic treatment of attacks of vertigo in Ménière's diseases – comparison of a high with a low dosage of betahistine in an open trial, Acta Oto-Laryngologica 2008: 1-5.