

На самом деле болезнь Меньера - недуг, который известен медикам уже очень давно. Заболевание получило свое название по имени французского врача П. Меньера, который в 1861 году описал приступы вращательного головокружения,



сопровождающиеся ощущением заложенности в одном ухе. Во время такого приступа часто отмечается потеря равновесия. Обычно заболевание начинается после 40 лет и в тяжелых случаях может постепенно приводить к утрате слуха.

Единого мнения о причинах возникновения болезни у врачей нет. Наиболее часто начало приступов связывают с перенесенными инфекционными заболеваниями, аллергией, нарушением водного и солевого обмена, приводящими к изменениям и отеку тканей в слуховом лабиринте. Однако многие специалисты связывают болезнь Меньера с выраженными сосудистыми изменениями, происходящими при атеросклерозе. Таким образом, противоречия в диагнозе, который поставили читательнице «Предупреждения», скорее всего, нет.

Чтобы купировать приступ до приезда врачей, больного укладывают в удобное для него положение, при котором ослабевает головокружение, выключают яркий свет, громкую музыку. На затылок хорошо поставить горчичники, к ногам — грелку. Еще великий врач древности Авиценна утверждал, что головокружение успешнее всего «лечат покоем, отдыхом и сном».

Для тренировки вестибулярного аппарата в период между приступами подходят несложные упражнения: медленные повороты и наклоны головы вперед-назад и в разные стороны. Упражнения производят с открытыми и закрытыми глазами, в положениях лежа, затем сидя и стоя. Большое значение в профилактике болезни Меньера имеет ограничение приема жидкости, острых и соленых блюд, алкоголя, табака. Старайтесь избегать лишней слуховой нагрузки дома.

Раньше с головокружениями достаточно эффективно боролись с помощью растительных средств. Некоторые из этих рецептов не потеряли актуальности и сегодня.

2 ст. ложки сухих мелко растертых плодов боярышника залить двумя стаканами кипятка. Выпить в три приема за полчаса до еды.

1 ч. ложку соцветия клевера лугового залить стаканом горячей воды, кипятить 5 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 4-5 раз в день.

Взять 8 г сухих листьев травы княжика сибирского на стакан воды. Заварить, остудить. Принимать в горячем виде.

Взять 10 г цветков календулы лекарственной на 200 мл кипятка. Принимать по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

Хорошо помогают при головных болях и головокружении запаренные листья мяты лимонной, которые добавляют в чай.