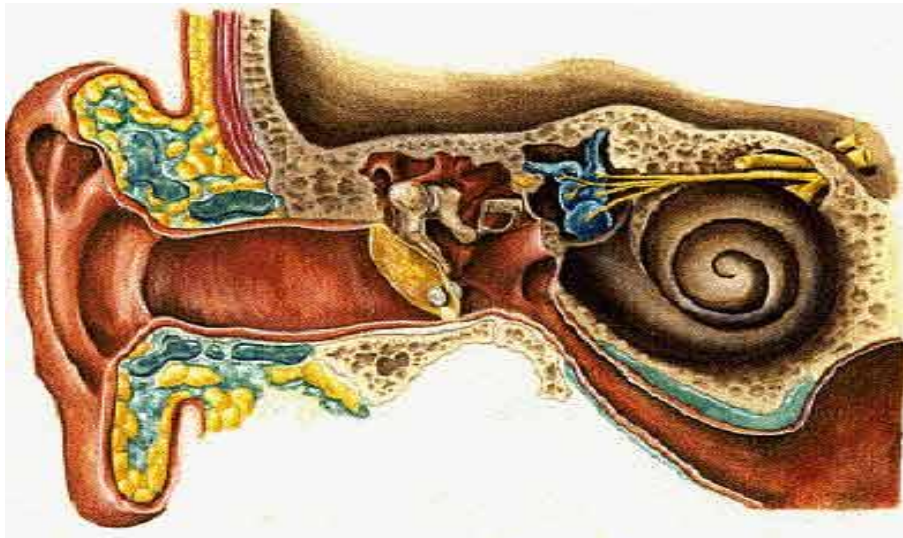


از " سندرم منیر " چه می دانید؟



منه‌ی یک اختلال در گوش داخلی است و با افزایش فشار مایع درونی گوش داخلی این بیماری عارض می گردد.

اکثراً دارای نشانه های سه گانه شامل: سرگیجه شدید، وزوز گوش و کاهش شنوایی حسی_عصبی متغیر می باشد.



سن شیوع آن معمولاً ۶۰-۲۰ سالگی بوده و میزان شیوع آن در هر دو جنس یکسان است. ابتلای هر دو گوش یکسان

است، اما بیماری در ۴۰٪ موارد به مرور زمان دو طرفه می شود.

علت بیماری:

هنوز ناشناخته است اما احتمالاً عواملی مانند: اثرات هورمونی و عصبی-شیمیایی غیر طبیعی بر جریان خون لایرنی، اختلالات الکترولیتی در مایعات لایرنی، واکنشهای آلرژیک، بیماریهای خود ایمن و سابقه خانوادگی مثبت، اختلال متابولیکی مثل دیابت، اختلال عروقی مثل میگرن و عفونتهای ویروسی در بروز این بیماری موثر هستند.

علائم بیماری:

◀ ناشنوایی حسی-عصبی متغیر و پیشرونده.

◀ وزوز گوش یا احساس صدای بلند در گوش .

◀ احساس پری یا سنگینی در گوش .

◀ احساس سرگیجه شدید همراه با استفراغ یا تهوع.

بیماری می تواند از خفیف تا یک اختلال شدید و ناتوان کننده متغیر باشد.

بررسی و یافته های تشخیصی:

✓ سرگیجه معمولاً مشکل اصلی بیمار است.

✓ سرگیجه بمدت چند دقیقه تا چند ساعت و احتمالاً همراه با تهوع و یا استفراغ.

✓ تعریق و احساس عدم تعادل تا چند روز .

✓ بروز حملات در شب در برخی افراد.

✓ ناشنوایی متغیر همراه با سایر علائم بیماری.

✓ در ادیومتری بصورت وجود یک ناشنوایی حسی-عصبی در گوش مبتلا.

تا به حال هیچ آزمون تشخیصی قطعی برای این بیماری یافت نشده است.

درمان:

درمان در بیماری مینیر، ابتدا به صورت درمان طبی (طولانی مدت) و نهایتاً درمان های تخریبی جراحی است، در رژیم درمانی (رژیم غذایی) بدین صورت است که نشانه های بیماران را با محدود کردن سدیم رژیم غذایی (۲ گرم در روز) کنترل می کنند. چرا که احتباس مایع و سدیم باعث به هم خوردن تعادل در گوش داخلی می شود که بر این اساس یک نوع رژیم غذایی برای این بیماران توصیه می شود که شامل موارد زیر می باشد:

- ✓ پروتئین محدود نیست اما کلسیم در حد مورد نیاز و سدیم خوراکی بسیار کم مصرف نمایید .
- ✓ تمام غذاها بدون نمک مصرف شود.
- ✓ از تخم مرغ، گوشت، نان بی نمک می توان بطور دائم در رژیم غذایی استفاده کرد. (بطور متناسب و منظم)
- ✓ گندم، برنج، سیب زمینی، میوه، سبزیجات، از جمله مواد غذایی مجاز برای مصرف کردن می باشند .
- ✓ از موادی مانند: ماهی نمک سود شده و گوشت نمک سود شده ، هویج، باقلا و کشمش نباید استفاده کرد و در واقع این مواد ممنوع هستند.

درمان دارویی:

- ▲ آنتی هیستامین
- ▲ آرام بخش : جهت کنترل سرگیجه
- ▲ داروهای ضد استفراغ: کمک به کنترل تهوع ، استفراغ ، و سرگیجه می کند.
- ▲ داروهای ادرار آور: برای پایین آوردن فشار در دستگاه اندو لنفاتیک (در صورتی که این دارو، کاهنده پتاسیم باشد حتماً باید از مواد غذایی سرشار از پتاسیم چون موز، گوجه فرنگی، پرتقال) مصرف نمائید.

در صورتی که به درمانهای محافظتی پاسخ منفی داده شود و حملات ناتوان کننده سرگیجه ادامه یابد از درمان جراحی استفاده می شود.

چند توصیه مهم در مورد سرگیجه :

★ آموختن علائم پیش در آمد حمله و آمادگی های لازم.

★ نشستن در هنگام سرگیجه

★ پرهیز از رانندگی .

★ با بروز سرگیجه ، هنگام دراز کشیدن چشم ها را باز نگه داشته و به یک نقطه خیره شوید.

★ تشویق بیمار به نوشیدن مایعات و پرهیز از مواد کافئین دار مانند قهوه ، نوشابه و چای پررنگ.

★ نهایتاً بهبود وضعیت روانی و اجتماعی .