

Vertige positionnel

C'est une sensation de vertige qui survient lorsque vous tournez la tête. C'est comme si les objets autour de vous ou votre propre corps tournaient. Elle est causée par le mouvement de minuscules particules dans l'oreille interne. Ces particules se déplacent dans les canaux de l'oreille lorsque la tête bouge. Cela peut également vous donner la nausée. Ce phénomène se reproduit pendant quelques secondes à chaque fois que vous tournez la tête.

La plupart des causes du vertige ne sont pas graves et peuvent être facilement corrigées en bougeant la tête d'une certaine manière.

Que faire en cas de vertige ?

Reposez-vous dans une position confortable et évitez les mouvements brusques de la tête.

Quand faut-il consulter un médecin ?

Consultez votre médecin traitant ou rendez-vous aux urgences **si c'est la première fois** que cela vous arrive ou si vous n'avez jamais consulté de médecin pour des épisodes précédents. Consultez également un médecin **si cet épisode est différent des précédents**, s'il s'accompagne d'une perte auditive ou d'un bourdonnement dans les oreilles (acouphènes), ou de tout autre symptôme neurologique, tel qu'une vision double, une perte de force ou de sensation dans les bras ou les jambes, si vous êtes incapable de marcher ou de vous tenir debout, ou si le vertige ne disparaît pas dans les deux minutes qui suivent chaque mouvement.

Diagnostic du vertige positionnel

Pour confirmer le diagnostic, le médecin vous demandera de vous allonger sur la table d'examen (ou sur votre lit si vous êtes à domicile) avec la tête tournée d'un côté, tout en observant si vos yeux bougent (nystagmus), et vous devrez lui dire si vous ressentez des vertiges.

Vous pouvez ressentir une gêne, des nausées, voire des vomissements. Le médecin fera ensuite la même chose de l'autre côté pour déterminer quelle oreille est touchée (dans certains cas, les deux sont touchées).

Tests diagnostiques

Dans la plupart des cas, le diagnostic est posé à l'issue d'un examen clinique. **Aucun test n'est nécessaire** pour diagnostiquer le vertige, ni scanner ni IRM. Des tests ne peuvent être recommandés que dans les cas complexes. Dans de très rares cas, le vertige peut être le symptôme d'une maladie grave.

Traitement du vertige

Le vertige positionnel peut être résolu dans le cabinet du médecin. Votre médecin vous montrera quelques mouvements de la tête et du corps qui ne prennent qu'environ 3 minutes.

Une amélioration se produit dans les 24 à 48 heures. Parfois, vous devez les faire deux ou trois fois. **Faites confiance à votre médecin. Ces manœuvres sont totalement sûres et reposent sur des preuves scientifiques internationales.**

Aucun médicament n'est nécessaire pour traiter le vertige positionnel.

Les médicaments disponibles pour traiter le vertige sont des sédatifs vestibulaires qui réduisent les symptômes, mais peuvent prolonger le vertige, provoquer des pertes de mémoire, de l'agitation ou des chutes, et peuvent réduire l'efficacité des manœuvres thérapeutiques.

