



CAMFiC

societat catalana de medicina
familiar i comunitària

位置性眩晕

位置性眩晕是指在转动头部时出现的头晕感，就如同周围的物体或自己的身体在旋转。它由于内耳中一些小颗粒随着头部的运动在耳道内漂移所引起的。可能会伴有恶心，且每次转头时都会重复出现几秒钟。

大多数眩晕的原因并不严重，可以通过一些头部的运动将这些颗粒移回原位来轻松解决。

出现眩晕时应该怎么办？

在一个舒适的姿势下休息，避免突然移动头部。

何时需要咨询医生？

如果这是第一次发生眩晕或之前发作从未就诊，应咨询您的初级保健团队或急诊科。此外，如果此次发作不同于以往，伴有听力下降或耳内噪音（耳鸣）或其他神经系统症状（如复视、手臂或腿部无力或感觉丧失、无法行走或站立）或每次运动后眩晕未在几分钟内消失，也应咨询医生。

位置性眩晕的诊断

为了确诊，医生会要求您躺在检查台上（如果在家，则躺在床上），头偏向一侧，同时观察眼球运动（眼球震颤），如果发现眩晕，请告知医生。您可能会感到不适、恶心甚至呕吐。然后，医生会在另一侧做同样的检查，以确定哪只耳朵受影响（有时两只耳朵都会受到影响）。

诊断测试

大多数情况下，通过临床检查就可以做出诊断。无需进行CT扫描或核磁共振等检查。只有在复杂病例中才建议进行这些测试。在极少数情况下，眩晕可能是严重疾病的一种表现。

眩晕的治疗

位置性眩晕是可以在诊所内解决的。医生会指导您进行一些头部和身体的运动，只需大约3分钟。改善通常会在24-48小时内出现，有时需要进行两到三次。

请相信您的医生，这些操作是完全安全的，并是以国际科学证据为基础的。



位置性眩晕不需要服用任何药物。

现有治疗眩晕的药物是前庭镇静剂，虽然它们可以减轻症状，但可能会延长眩晕时间，导致记忆丧失、躁动或跌倒，并可能降低治疗操作的效果。

