**Závratě a motání hlavy signalizují i závažná onemocnění. Jaká to jsou nejčastěji?**

**PRAHA, 27. DUBNA 2023 – Někdo se bojí výšek, jiný nemá rád průhledné schody či lávky bez zábradlí. Závratě a motání hlavy občas zaskočí každého z nás. Pokud však narušují schopnost rovnováhy a brání člověku v běžných činnostech, je třeba to řešit.**

Jak je možné, že děti se mohou bez ustání točit na kolotoči a lecjakému dospělému se motá hlava, jen se na ně podívá? „K udržení rovnováhy nám nejvíc pomáhají tři systémy – zrakový, vestibulární (rovnovážné ústrojí ve středním uchu) a proprioceptivní (receptory v kůži, svalech a kloubech, které nás informují o pohybu a postavení těla). Funkci těchto systémů ovlivňuje fyziologické stárnutí, ale i možné kombinace onemocnění jako diabetes, poruchy štítné žlázy, výkyvy krevního tlaku a podobně. Závratě se většinou neobjevují jako samostatné onemocnění, ale primárně bývají symptomem nějaké další nemoci. A k těm je člověk s přibývajícím věkem náchylnější,“ vysvětlila hlavní fyzioterapeutka FYZIOkliniky Iva Bílková.

V populaci jsou závratě častým problémem. Mozek náhle znejistí v orientaci, ztratí přehled o poloze těla v prostoru a s člověkem se „zatočí svět“. „U starých lidí bývá příčinou závratě porucha prokrvování mozku, způsobená kornatěním tepen. Často také popisují závrať vyvolanou pohledem do výšky, kdy je příčinou zvápenatění zadní, spodní malé mozkové arterie (tepny, cévy). U mladých lidí je nejčastější příčinou závratě nízký tlak krve, naopak u starších příliš vysoký nebo kolísavý krevní tlak,“ uvedla fyzioterapeutka.

Dále mohou závrať vyvolat různá poškození krční páteře, například při osteoporóze obratlů nebo artróze kloubů páteře. Nezřídka se objevují také psychogenní závratě, které souvisí s úzkostmi, depresemi a nadměrným stresem. „Nejdříve musí být rozpoznáno onemocnění, jehož průvodním jevem závrať je. Například pocity motání podobné stavům v opilosti, které pacienti vnímají nejvíce při chůzi, mohou ukazovat na mozečkovou poruchu, extrapyramidová onemocnění (řízení rovnováhy mozkem) či periferní neuropatie (poškození nervů v končetinách). Proto je velice důležité, aby pacient lékaři co nejpřesněji popsal své potíže – při kterých činnostech se závrať vyskytuje, jak se projevuje, jak dlouho trvá. Měření tlaku krve nebo EKG pomůže objasnit, zda jde o poruchy prokrvování, srdeční potíže nebo jiné,“ popsala Iva Bílková.

Až 80 procent závrativých stavů má funkční příčinu. Prostě se objeví „z ničeho nic“, bez zjevného úrazu nebo poškození. Lidé se kvůli nim vyhýbají běžným aktivitám a ztrácí kvalitu života. „Pokud závratě vznikají při změně polohy hlavy, při jejím otáčení nebo při zvednutí ze sedu do stoje či pokládání hlavy na polštář, většinou se jedná o BPPV, tzv. polohová vertiga, často doprovázená nevolností a zvracením. Ta lze řešit s pomocí fyzioterapeuta školeného na manévry s vestibulárním aparátem. Příčiny závratě jsou různorodé a zdaleka se netýkají jen špatného postavení krční páteře. Pokud se odhalí přesná diagnóza, může být léčba závratě jednoduchá a rychlá,“ dodala Iva Bílková.

**KONTAKT PRO MÉDIA:**

**Mgr. Eliška Crkovská\_mediální konzultant**

****

**+420 605 218 549,** [**eliska@pearmedia.cz**](mailto:eliska@pearmedia.cz)

**FYZIOklinika,** [**www.FYZIOklinika.cz**](http://www.FYZIOklinika.cz)

Je nestátní zdravotnické zařízení zaměřené na prevenci a léčbu bolestivých stavů pohybového aparátu. FYZIOklinika do české praxe uvedla nový koncept služeb FYZIOterapie All-Inclusive a FOKUS All-Inclusive – kombinaci dostupných metod, od ultrazvukové diagnostiky přes manuální fyzioterapii po využití radiálních nebo fokusovaných rázových vln, v rámci jedné komplexní návštěvy klienta a koncept masáží FYZIOpress, která kombinuje hloubkové tlakové masáže, protahovací prvky a techniky inspirované fyzioterapií. Označení „fyzioklinika" je registrovanou ochrannou známkou společnosti FYZIOklinika s. r. o.

V oblasti fyzikální terapie je FYZIOklinika největším centrem pro léčbu rázovou vlnou v ČR a řadí se mezi největší pracoviště na světě. Aplikace této inovativní technologie zvyšuje efekt manuální fyzioterapie – je užitečným doplňkem při léčbě bolesti v léčebných programech a v případě planární rázové vlny dokonce umožňuje výrazné urychlení hojení ran. FYZIOklinika získala prestižní ocenění Firma roku 2017 v regionu Praha a umístila se na druhém místě v celostátní soutěži Ordinace roku 2017 v kategorii Rehabilitační ordinace. Klinika pomohla v pražském centru od bolesti již přes 30 tisícům klientů. Spravuje největší databázi videonávodů na FYZIOcvičení v ČR, kterou neustále rozšiřuje a zveřejňuje na svém webu. V dubnu 2018 složila vedoucí fyzioterapeutka FYZIOkliniky Mgr. Iva Bílková, Cert. MDT, mezinárodní zkoušku na McKenzie Institute International a získala tak jako jedna z mála Čechů tuto akreditaci.