

Vertiges



Les points clés

Le vertige, c'est voir tout tourner autour de soi (comme sur un carrousel). Ce n'est pas la même chose qu'une sensation d'instabilité. Le vertige est un signe très fréquent et le plus souvent, il révèle une maladie bénigne.

> LES SIGNES

Vous pouvez avoir la sensation que tout tourne autour de vous ou d'être sur un bateau ou de pas pouvoir rester debout ou encore de dévier vers un côté.

Ces signes peuvent s'accompagner de nausées, de vomissements et de troubles auditifs, mais vous n'avez pas l'impression que vous allez perdre connaissance.

Si le vertige recommence, essayez de dire :

- Si les objets tournent dans un sens particulier.
- Sa durée, sa fréquence.
- S'il augmente dans certaines positions ou au contraire diminue dans d'autres.
- Si vous déviez d'un côté quand vous marchez.
- Si pendant l'épisode de vertige, vous avez l'impression de moins bien entendre, d'avoir les oreilles bouchées ou d'avoir du bruit dans les oreilles.

> LES CAUSES

➤ **Les vertiges** sont le plus souvent provoqués par des maladies de l'oreille interne comme :

- **Le vertige paroxystique positionnel bénin (VPPB)** : ce vertige est le plus fréquent. Il survient lors de certaines positions de la tête. Il est dû à des sortes de petits cailloux qui irritent le nerf de l'équilibre dans l'oreille.

- **La maladie de Ménière** : le vertige s'associe à une baisse de l'audition et à du bruit dans l'oreille (bourdonnements).

- **Une inflammation de l'oreille interne par un virus ou une otite.**

- **Le vertige est parfois dû à une anomalie dans le cerveau** : migraine, attaque cérébrale, insuffisance d'irrigation du cerveau.

➤ **Les sensations d'instabilité** sont souvent liées à une hypotension orthostatique : c'est à dire, à une chute de tension lorsque l'on se lève. Certains médicaments sont également responsables d'une sensation d'instabilité.

Rédaction: DrAMeneau, Dr MSustersic, juin2012. **Sources:** RevMed Liege2011, Rev Med Suisse 2009, www.ebmpracticenet.be consulté en déc 2016. www.ebmpracticenet.be consulté en déc 2016. **Validation et adaptation:** Comité de lecture de la Revue de Médecine Générale, Dr MSustersic, déc 2016. **Contact:** melaniesustersic@yahoo.fr. **Illustration** : O.Roux.



La prise en charge

> LE DIAGNOSTIC

La description du vertige et l'examen clinique permettent de trouver l'origine de la plupart des vertiges et d'éliminer une cause grave. Votre médecin pourra vous demander de voir un spécialiste (ORL) pour faire un bilan plus complet.

> LE TRAITEMENT

➤ **Des médicaments pour soulager les signes**

- Des anti-vertigineux, en cas de maladie de Ménière.
- Des médicaments anti-émétiques, en cas de nausées ou vomissements.

➤ **En cas de sensation d'instabilité**

Dans le cas d'une hypotension orthostatique et/ou d'une cause médicamenteuse, votre médecin pourra adapter votre traitement.

➤ **En cas de vertige paroxystique positionnel bénin**

Les épisodes de vertiges disparaissent seuls en quelques semaines. Il existe des gestes qui aident à les faire passer. La kinésithérapie vestibulaire peut être utile.



Les mesures associées

- Reposez-vous dans la mesure du possible.
- Evitez la conduite automobile et l'utilisation de machines dangereuses.
- Evitez de consommer de l'alcool.

Respectez les prescriptions de votre médecin et évitez l'automédication.



Quand consulter?

- Si vous avez de la fièvre.
- Si vous avez des maux de tête.
- Si votre pouls n'est pas régulier.
- Si le vertige est arrivé après une chute sur la tête.
- S'il s'aggrave.
- S'il dure longtemps.
- Si vous n'arrivez pas à tenir debout.
- Si vous avez eu des convulsions.