

Rééducation vestibulaire

Qu'est-ce que le vertige paroxystique positionnel bénin (VPPB) ?

Il s'agit de la pathologie la plus fréquente pouvant causer des vertiges et/ou des étourdissements. Ceux-ci surviennent en faisant certains mouvements de la tête ou en adoptant des positions spécifiques. Les étourdissements ou vertiges peuvent être accompagnés des signes et symptômes ci-dessous.

Signes et symptômes

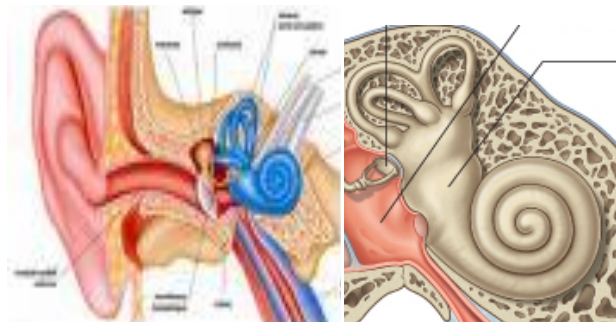
- Vertiges/étourdissements très intenses, d'une durée de moins d'une minute
- Apparition souvent au lever
- Vertiges provoqués par changements brusques de position de la tête :
 - se lever/se coucher
 - se pencher en avant ou se relever
 - regarder en l'air
 - se retourner dans le lit
- Nausées, parfois vomissements
- Perte d'équilibre pendant et entre les crises
- Vision embrouillée
- Diminution de l'audition
- Acouphènes

*Vous souffrez
d'étourdissements ou
de vertiges ?*

*Votre physiothérapeute formé
en rééducation vestibulaire
peut vous aider !*

Leçon d'anatomie

Dans l'oreille interne se trouvent trois canaux remplis de liquide qui détectent les mouvements de la tête vers l'avant, l'arrière et les côtés.

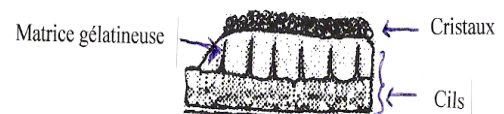


Situation des canaux dans l'oreille interne

Vue agrandie des canaux

Au bout de ces canaux se trouvent deux organes (l'utricule et le saccule) qui détectent les mouvements verticaux et horizontaux de la tête.

L'utricule contient des cils, sur lesquels reposent une matrice gélatineuse comme du « Jello », saupoudré de cristaux ressemblant à du sucre granulé.



Quel est le mécanisme du VPPB ?

Dans le **VPPB**, les cristaux de calcium se détachent de la matrice pour se loger dans un des canaux de l'oreille interne.

Chaque fois qu'on bouge la tête, les cristaux bougent dans le canal, ce qui cause les vertiges et les étourdissements.

Ce que peut faire votre physiothérapeute pour vos vertiges :

- Replacer les cristaux dans l'utricule par des techniques spécifiques de mouvements et de position de la tête.
- Améliorer les problèmes d'équilibre.
- Améliorer la condition physique générale.
- Permettre le retour à des activités de loisirs et/ou sportives que vous avez peut-être abandonnées.

Autres problèmes du système vestibulaire pouvant être traités en physiothérapie :

- Labyrinthite
- Névrite vestibulaire ou neuronite
- Fistule périlymphatique
- Maladie de Ménière
- Neurinome acoustique (tumeur)
- Fracture temporale post-traumatique transversale ou contusion labyrinthique (chute, accident d'auto, contact sportif...)

Une évaluation par un physiothérapeute formé en rééducation vestibulaire est alors nécessaire avant d'entreprendre les traitements pour préciser le diagnostic et éliminer d'autres sources plus graves de vertiges telles qu'un problème vasculaire ou un problème au niveau du cervelet.

Pour de plus amples renseignements, n'hésitez pas à communiquer avec nous !