

## Est-ce la pièce qui tourne... ou seulement moi?

Les enfants aiment jouer à s'étourdir et tournent en rond jusqu'à ce qu'ils s'écroulent de rire.

Mais pour les adultes, les étourdissements peuvent être inquiétants – et dangereux. Souvent un symptôme d'une autre maladie, l'étourdissement se manifeste de diverses façons. On a parfois l'impression que la pièce tourne sans qu'on ne puisse rien y faire. D'autres fois, c'est le corps qui semble la proie de vertiges.

Avoir l'impression de perdre pied ou de manquer de coordination en position debout ou en marchant, avoir une faiblesse ou l'impression de s'évanouir (présyncope) sont aussi des symptômes d'étourdissement, explique Dr Lajoie.

Dr Lajoie s'attache à percer le mystère des étourdissements de ses patients en mettant au jour la cause première.

Poursuivez votre lecture pour en apprendre davantage sur les étourdissements, leurs causes et les bienfaits de la chiropratique.

### Des statistiques étourdissantes

L'étourdissement est le troisième problème de santé le plus fréquent et le symptôme dont se plaignent le plus les patients de plus de 70 ans.

Jusqu'à 70 % d'adultes – de 65 ans ou plus – sont pris d'étourdissements. (Challenges in Neurology; 1992 : 15-27)

Chez les personnes âgées, il pourrait y avoir une dégénérescence globale du système nerveux – souvent exacerbée par des maladies comme le diabète ou l'arthrose; l'étourdissement devient alors encore plus débilant.

### Sources d'étourdissement

On attribue généralement la sensation de vertige à un problème qui se trouve dans l'oreille interne ou dans le

système nerveux central, tandis qu'un manque d'équilibre ou de coordination est plus probablement lié à la partie du cerveau qui synchronise le mouvement et contrôle la position du corps dans l'espace (proprioception). Les faiblesses, ou la sensation de perdre connaissance, sont habituellement causées par un problème de nature circulatoire ou psychologique. (J Amer Med Association 1993; 810 : 530-535)

### Étourdissement ou vertige?

Le vertige est caractérisé par une « illusion de mouvement ou de déplacement, soit du sujet, soit de l'environnement. Le vertige peut également s'accompagner de nausées. Le terme étourdissement est un générique qui signifie avoir une impression de rapport perturbé avec l'espace environnant. » La sensation de mouvement ou les nausées dans ce cas sont faibles, voire inexistantes (Chiropr. Tech. 1993; 5 : 5-14).

### VPPB

Le vertige positionnel paroxystique bénin (VPPB) est le type de vertige le plus courant. (J Otolaryngol 1986; 15 : 101-104)

On parle de vertige « positionnel » parce qu'il est déclenché par certains mouvements, et on le qualifie de « bénin » parce qu'il n'est pas le symptôme d'une autre maladie.

Des positions bien précises de la tête provoquent des attaques, comme l'extension vers l'arrière et la rotation. Un simple déplacement par roulement dans le lit peut déclencher un épisode. La durée des symptômes varie de quelques secondes à plusieurs minutes.

On croit que le VPPB est attribuable à la présence de débris dégénératifs dans le canal semi-circulaire de l'oreille. Ces débris entravent la circulation des fluides dans l'oreille interne, ce qui provoque un déséquilibre. Un traumatisme à l'oreille et le vieillissement prédisposent à ce trouble. (J Neurol 1995; 242 : 222-230)

Les chiropraticiens peuvent atténuer le VPPB en proposant des exercices précis et en repositionnant la tête. On attribue à cette technique une efficacité variant de 55 à 70 % après une seule séance. (Arch Otolaryngol Head Neck Surg 1993; 119 : 450-454).

### Maladie de Ménière

La maladie de Ménière s'accompagne également de vertiges et d'autres symptômes comme des bourdonnements dans l'oreille et la surdité. Un chercheur a constaté que la chiropratique aidait 79 % des patients atteints de la maladie de Ménière. (J. Orthop Med 1998; 3 : 58-61).

## Vertige cervicogène

Le vertige cervicogène, autre cause fréquente d'étourdissements, découle d'un désalignement des os du cou (région cervicale). Dans les régions de la colonne vertébrale où il y a désalignement, les os (vertèbres) se sont légèrement déplacés ou l'amplitude de mouvement est restreinte. C'est ce que les chiropraticiens appellent une subluxation vertébrale.

Le vertige cervicogène survient en épisodes périodiques qui sont déclenchés par des changements de position de la tête par rapport au tronc (J Manipul Physiol ther 1991; 14 : 193-198).

Plusieurs études montrent que la colonne cervicale joue un rôle de premier plan dans la régulation de l'équilibre corporel. Le déséquilibre, le sentiment de perdre pied et d'être tiré d'un côté est le plus souvent d'origine cervicale (Man Med 1983; 1 : 18-23).

En 1991, des chercheurs ont montré que des patients souffrant de maux de cou ont un apport nerveux modifié concernant la position du cou par rapport au corps. Ils ont mis au point un test consistant à repositionner la tête et le cou après un mouvement actif de la tête. Les patients souffrant de maux de cou obtenaient toujours des résultats moins bons que les témoins sans douleur (Arch Phys Med Rehabil 1991 ; 72 : 288-291).

En plus de causer le vertige cervicogène, un désalignement vertébral peut exacerber d'autres types

de vertige. Karle Lewit, M.d., qui fait figure d'autorité dans les domaines de l'étourdissement et de l'équilibre, prévient qu'« il est important de souligner qu'un facteur cervical peut être présent dans toutes les formes de vertige et d'étourdissement. Dans aucun autre domaine la manipulation est-elle aussi efficace que dans le traitement des troubles de l'équilibre. » (Manipulative Therapy in the Rehabilitation of the Motor System Butterworths, 1985).

Lewit croit en outre que le rôle de la colonne vertébrale dans le maintien de l'équilibre est souvent sous-estimé (Manipulative Therapy in Rehabilitation of the Locomotor System Butterworths Heinemann, 1991).

À l'aide de techniques douces appelées ajustements chiropratiques, les chiropraticiens repositionnent les vertèbres désalignées pour corriger les subluxations vertébrales et diminuer le vertige cervicogène et autres formes de vertige d'origine cervicale.

Les chiropraticiens recommandent souvent des exercices particuliers aux patients atteints de vertige cervicogène, pratique approuvée par la recherche. Par exemple, une étude récente a déterminé qu'un programme d'exercices mettant l'accent sur la coordination yeux-tête pourrait améliorer le positionnement de la tête et du cou (Arch Phys Med Rehabil 1994; 75 : 895-899).

Une deuxième étude a été réalisée auprès de patients atteints de vertige cervicogène et bénéficiant de soins chiropratiques. « Après 18 traitements, 101 patients sur 112 (90,2 %) »

n'avaient plus de symptômes. » (J Manipul Physiol Ther 1991; 14 : 193-198)

## Autres causes

Une infection du nerf de l'oreille interne peut par ailleurs causer le vertige. Il y a d'autres causes comme une tumeur et une ouverture entre l'oreille médiane et intérieure (fistule). Même si ces causes sont rares, il est important que les personnes qui ont des symptômes de vertige soient évaluées par un chiropraticien ou un autre professionnel de la santé.

## Étourdi? Prenez rendez-vous dès aujourd'hui!

L'étourdissement n'est pas un jeu d'enfants. Si vous avez présentement des sensations d'étourdissement et de déséquilibre ou des faiblesses – ou en avez eu dernièrement – prenez rendez-vous dès aujourd'hui avec votre chiropraticien pour recevoir une évaluation complète.

Dr Daniel Lajoie

2875, boul. Laurier,  
#250 Sainte-Foy  
(Québec) G1V 2M2

TEL (418) 653-3030  
télé. : (418) 650-1545