

# Kui pea käib ringi

## Peapööritusel ja tasakaaluhäiretel võib olla terve hulk põhjuseid: peatrauma, sisekõrvakahjustus, kõrge vererõhk ja palju muud.

Peapöörituse ehk vertiigo korral on tegu inimese keha orienteerumise häirega ruumis. Tajutakse tegelikuses mitteesinevat liikumist – pöörlemist, kõikumist, vajumist.

Peapööritus võib esineda ägeda hoo- na või olla kroonilise kuluga ja tagasihoidlike nähtudega. Tekitavaid ja soodustavaid tegureid on palju. Eakatel esineb sagedamini peapööritust ning ebakindlust käimisel ja seismisel.

## Peapöörituse ja tasakaaluhäirete põhjused

- Peatrauma.
- Sisekõrvakahjustus, näiteks sisekõrvapõletik.

■ Ménière'i tõbi – tunnuseks rasked episoodilised peapööritushood, oksendamine, kuulmise nõrgenemine.

■ Lülisamba muutused, eriti kaela osas.

■ Peaaju verevarustuse häired (ateroskleroos ehk arterilubjastus).

■ Ajukasvaja.

■ Mürgistused – alkoholi liigtarbimise tagajärjel või kokkupuutel mürgiste ainetega, näiteks taimekaitsemürkidega, raskmetallidega.

■ Liiga madal või, vastupidi, kõrge vererõhk.

■ Migreen.

■ Stress.

■ Merehaigus.

■ Väliskõrva võõrtohtis. Tegu on viirushaigusega, mis avaldub villilise lööbena kaela, põse, kõrvalesta, kuulmekäigu nahal, vahel ka trummikilel. Kõrvas ja näol esineb terav valu, kehatemperatuur tõuseb. Võib tekkida näonärvi halvatus ning kuulmiskahjustus.

■ Puukborrelioos. Pärast borrelioosi- ga nakatunud puugi hammustust ilmub hammustuskohta ümber punane ring, võib kaasneda palavik, väsimus, lümfisõlmede suurenemine, peaaju- närvide kahjustus ja muud nähud.

■ Mõningate ravimite, näiteks antidepressantide tarvitamine.

■ Aju degeneratiivsed muutused üle 85aastastel vanuritel.

## Süsteemne ja mittesüsteemne pööritus

Kaebuste laadi alusel eristatakse süsteemset ja mittesüsteemset peapööritust. Süsteemsele peapööritusele on iseloomulik ümbruse näiline pöörlemine horisontaalpinnas ja üles-alla kõikumine, harvem inimese enese kõikumise või pöörlemise tunne.

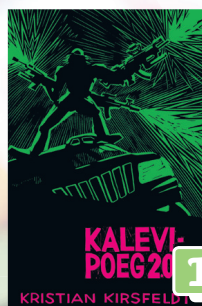
Seevastu mittesüsteemne peapööritus on ebamäärane: uimasus ja kõikumistunne, ebakindlustunne, tasakaalutus. Peapööritushooga kaasneb

Viimane võimalus  
osta jõuluingitus  
Eesti kroonide eest!

EESTI EKSPRESS  
RAAMAT



Maalehe Raamat



UUS!  
155.-

### Kalevipoeg 2.0

KRISTIAN KIRSFELDT  
480 lk, pk

Kui sa pole seni suutnud Kalevipoega läbi lugeda, siis on „Kalevipoeg 2.0” just sinu jaoks. Sest „Kalevipoeg 2.0” on veelgi halvem, venivam, jaburam, kohmakam, tulgastavam kui tema kauge eelkäija. Seega: eestlane, kes ei loe „Kalevipoeg 2.0” läbi, on nõrk eestlane ja vähendab meie suurepärase kirjaoskuse protsenti.”

CONTRA, Urvaste rahvalaulik



UUS!  
179.-

### Egiptimaa.

Eestlanna ja tuhat üks ööd  
NELE SIPLANE

„Elas kord üks Eesti tudengineiu, kes armus Egiptuse tudengisse ...” – nii algab minu muinasjutt ja just sellesse algusesse see raamat viibki. Seekord astub lugeja välja Egiptuse argipäevast ja tutvub kõige sellega, mis muudab selle argipäeva eriliseks. Nii satub ta idamaiste meeleolude keskele, antiiksele turule, vesipiibukohvikutesse, kaema kaunist köhutantsu, nautima araabia kunsti ja sumedaid öid.



UUS!  
179.-  
TELLIJALE!

### Hetk.

12 sammu parema elu poole  
KRISTJAN OTSMANN  
200 lk, pk

Sellest raamatust leiad praktilisi näpunäiteid, kuidas vältida läbi- põlemissündroomi, võõrandumist lähedastest ja uppumist hõivetöö mädasohu. Ja kuidas teha nii, et õhtul oleks võimalik hea tuju ja tänuga möödunud päevale tagasi vaadata. „Hetk” on raamat just sulle, kui oled märganud, et segadus sinu ümber ei ole enam ammu täiesti loominguine.



UUS!  
135.-

### Kuidas edukad inimesed mõtlevad

JOHN C. MAXWELL  
144 lk, kk

Koguge kokku edukad inimesed kõigilt elualadelt ja mõelge, mida ühist neis leiate? Nende mõtteviisi. Raamat „Kuidas edukad inimesed mõtlevad” on tänapäevases kiires elutempos täiuslikult kompaktne lugemisvara. Õpite hoomama üldist pilti, keskendudes samal ajal oma mõtlemisele. Need üksteist aitava mõtlemise juurde viivat teed atavadselgelt näha rada isikliku eduni.