Коли спочатку телефонувати лікарю

Не кожне запаморочення є ДППЗ. Нові або незвичні симптоми іноді потребують термінового огляду лікаря.

Негайно телефонуйте 112

Якщо раптове запаморочення супроводжується хоча б одним із симптомів:

- перекошення рота або зниження сили чи чутливості в обличчі, руці або нозі;
- труднощі з мовленням чи ковтанням або двоїння в очах;
- раптова нездатність нормально ходити.

Це може вказувати на інсульт. Телефонуйте, навіть якщо симптоми вже минули. Запишіть час їх початку.

Негайно телефонуйте сімейному лікарю або черговій службі

При раптовому запамороченні з новою втратою слуху, сильним головним болем або болем у шиї, непритомністю чи падінням. Не чекайте прийому у фізичного терапевта.

Зателефонуйте лікарю цього ж дня

При раптовому новому запамороченні, якщо вам 65 років або більше, є підвищений серцево-судинний ризик, перенесений інсульт чи серцево-судинне захворювання, ви приймаєте препарати для розрідження крові або отримали сильний удар по голові.

Також зверніться до лікаря, якщо запаморочення триває під час нерухомого сидіння чи лежання або супроводжується новим шумом чи відчуттям повноти у вусі.

Наші філії

Ter Aar
Medisch Centrum Vosholplein
Vosholplein 1-4, 2461 AA Ter Aar
0172-603434
teraar@fysiotopfit.nl

Boskoop
Medisch Centrum Boomgaard
Boomgaard 215F, 2771 PD Boskoop
0172-212147
boskoop@fysiotopfit.nl

Nieuwkoop
Maarten Freeke Wije 2D, 2421 TP Nieuwkoop
0172-575595
nieuwkoop@fysiotopfit.nl

Загальні питання
085-0514000
blijftopfit@fysiotopfit.nl

WhatsApp
06-57250687
(лише повідомлення, без дзвінків)

Скануйте код для перегляду годин роботи

Завантажте наші застосунки

Fysio Topfit

Download on the App Store

Topfit met Toppie

GET IT ON Google Play

Безкоштовно для iPhone та Android.

Запаморочення ДППЗ у Fysio Topfit

Коли лягаєте, перевертаєтеся в ліжку, нахиляєтеся чи дивитеся вгору, виникає коротке, але сильне запаморочення? Здається, ніби кімната обертається? Це може бути ДППЗ.

Обстеження та відповідне лікування

ДППЗ — доброякісне позиційне запаморочення, яке часто добре піддається лікуванню. Наші спеціалізовані фізичні терапевти оцінять, чи відповідають симптоми цьому стану, та оберуть лікування.

Запишіться на прийом

Скануйте QR-код або телефонуйте 085-0514000. Скажіть, що маєте запаморочення.

При нових або незвичних симптомах спочатку прочитайте,
коли слід телефонувати лікарю.

Версія 3.2 – листопад 2026

Що таке ДППЗ

ДППЗ — доброякісне пароксизмальне позиційне запаморочення, міжнародно BPPV, нідерландською BPPD. Це короткі напади доброякісного запаморочення, спричинені зміною положення голови.

Як воно виникає

В органі рівноваги внутрішнього вуха є дрібні кальцієві кристали, які також називають отолітами. При ДППЗ вони потрапляють у невідповідне місце одного з півколових каналів.

Під час руху голови кристали теж рухаються. Орган рівноваги надсилає мозку хибний сигнал обертання. Зазвичай причина незрозуміла. Іноді ДППЗ виникає після травми голови або захворювання органа рівноваги.

Як розпізнати симптоми

- Відчуття обертання, наприклад при перевертанні в ліжку, ляганні, нахилі або погляді вгору.
- Напад може початися через кілька секунд після руху й зазвичай триває недовго: від секунд до приблизно хвилини.
- Можливі нудота чи блювання. Після нападу може деякий час зберігатися нестійкість.

Саме ДППЗ не спричиняє раптової втрати слуху, паралічу або порушень мовлення. Ці симптоми не відповідають звичайному ДППЗ і потребують огляду лікаря.

Скільки це триває

Часто напади самостійно минають приблизно за 4 тижні. Належне лікування може зменшити симптоми раніше. ДППЗ може згодом повернутися.

Обстеження та лікування

Ми обговорюємо скарги й здоров'я. За допомогою позиційних проб, як-от тест Дікса — Голлпайка або ротаційний тест, оцінюємо ознаки ДППЗ, уражений бік і канал.

Проби можуть ненадовго викликати запаморочення. Також спостерігаємо за характерними рухами очей. Якщо симптоми не відповідають ДППЗ, обговоримо подальший огляд сімейним лікарем.

Відповідний маневр

При ДППЗ може допомогти репозиційний маневр. Ми переміщуємо голову й тіло в певній послідовності положень, щоб отоліти потрапили туди, де більше не викликають обертального запаморочення.

Маневр Еплі підходить для поширеного різновиду. Якщо уражений інший канал, може знадобитися інший маневр. Під час лікування або невдовзі після нього можливі тимчасові запаморочення чи нудота.

Заздалегідь повідомте про проблеми з шиєю чи спиною, обмеження рухів та інші важливі захворювання. Ми оцінимо безпечність проб і лікування.

Після лікування

Часто симптоми слабшають після одного чи кількох сеансів. Іноді потрібне повторення або додаткове обстеження. Виконуйте маневр удома лише за погодженням із вашим фахівцем і після отримання чітких інструкцій.

Якщо за тиждень немає покращення або за 4 тижні симптоми не минули, зверніться до сімейного лікаря. При нових або незвичних симптомах дотримуйтеся порад на зовнішньому боці цієї брошури.

Безпечний рух

Щойно зможете, знову нормально рухайте головою й тілом. При сильному нападі безпечно сядьте або ляжте та зачекайте, поки запаморочення ослабне. За потреби попросіть допомоги, щоб уникнути падіння.

Не керуйте автомобілем і не їздіть велосипедом, поки тривають напади. Рухи головою чи погляд назад можуть несподівано викликати запаморочення. Повертайтеся до цих занять лише після припинення нападів.

Прийом і відшкодування

Можна записатися без направлення. При тривожних симптомах спочатку зверніться до лікаря. У Fysio Topfit кілька фізичних терапевтів спеціалізуються на ДППЗ.

Відшкодування з додаткового страхування фізичної терапії залежить від пакета й кількості доступних сеансів. Обов'язкова страхова франшиза (eigen risico) тоді не застосовується. Fysio Topfit має договори з усіма нідерландськими медичними страховиками.

Якщо лікування не покривається, ви оплачуєте його самостійно. Перевірте поліс і заздалегідь запитайте нас про актуальну ціну.

Що взяти із собою

Чинний документ, що посвідчує особу, дані страхування та направлення, якщо воно є. Одягніть зручний одяг. При нестійкості бажано прийти з кимось і за потреби організувати транспорт додому.

Додаткова інформація

На thuisarts.nl/positie-duizeligheid-bppd є більше про ДППЗ і лікування. Особисті поради запитайте у терапевта, а умови відшкодування — у страховика.