

Vertige Positionnel Paroxystique Bénin (VPPB)

QU'EST CE QUE LE VPPB :

C'est une pathologie de l'oreille interne avec :

- des **VERTIGES** (la pièce tourne autour de vous) courts : moins d'une minute
- provoqués dans certaines positions de la tête : en se couchant, en se levant, en se tournant dans son lit, en se penchant en avant ou en levant la tête.
- parfois accompagnés de **signes végétatifs** : nausées, vomissements, sueurs
- parfois accompagnés d'une instabilité

L'ORIGINE DU VPPB :

Un amalgame de cristaux de carbonate de calcium, normalement posé sur une membrane se décroche et bouge dans un canal où il n'a rien à faire.

Mis à part dans certains cas de traumatismes (chute sur la tête, accidents), on ne sait pas pourquoi ces « cristaux » se sont décrochés.

TRAITEMENT :

Dans un premier temps le thérapeute doit trouver dans quelle oreille et dans quel canal les cristaux sont allés se loger en vous faisant passer par différentes positions. Si le test est positif vous pouvez ressentir un vertige lorsqu'on vous allonge du côté de l'oreille atteinte. La plupart du temps on vous aura placé un masque avec une caméra sur les yeux pour observer les mouvements de vos yeux dû au vertige : **le nystagmus**.

Une fois ce diagnostic réalisé, c'est en utilisant des manœuvres libératrices qu'on fait sortir les cristaux du canal.

APRÈS LA SÉANCE :

Vous pouvez vous sentir instable pendant quelques heures voire quelques jours. On vous demandera peut être de faire attention à la position dans laquelle vous allez dormir pendant un à deux jours et d'éviter certaines activités.

Dans les minutes qui suivent la manœuvre, vous pouvez ressentir un gros déséquilibre : c'est pourquoi on vous garde un moment dans la salle d'attente.

ET ENSUITE :

Chez environ 70 à 80% de patients, il est peu probable d'avoir à nouveau un VPPB. En cas de récurrence, elle peut survenir de façon décalée, de quelques mois à quelques années, alors **vivez normalement** !

En particulier, bougez la tête normalement pour éviter toutes tensions cervicales.

En cas de nouveau vertige n'essayez pas « de remettre les cristaux par vous-même », **appelez votre kinésithérapeute vestibulaire** pour prendre rendez-vous.

