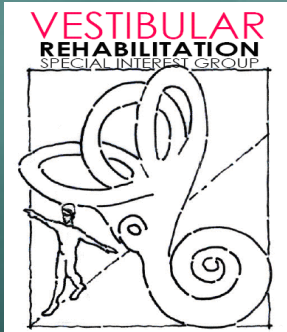


Doença de Ménière

FOLHETO EXPLICATIVO



Autora: Laura O. Morris, Fisioterapeuta, Especialista em Neurologia



O que é a doença de Ménière?

Doença de Ménière é uma desordem que ocorre na orelha interna e causa crises repetidas de 1) vertigem (tontura rotatória), 2) perda auditiva, 3) zumbido, e 4) plenitude ou pressão no ouvido. Os ataques normalmente ocorrem de maneira repentina e duram minutos ou até mesmo horas. Com frequência, as pessoas não sentem nenhum destes sintomas no período entre as crises. A causa exata da doença de Ménière não é conhecida. Uma hipótese é que o líquido que existe dentro da orelha interna se acumule, causando aumento de pressão dentro desta. A doença de Ménière pode ocorrer em membros de uma mesma família e, também, está associada com as migrâneas (enxaquecas).

A severidade dos sintomas pode ser diferente em cada crise e entre as pessoas. Nem todo sintoma estará presente em toda crise. Algumas pessoas apresentam sintomas severos enquanto outras possuem sintomas leves. Alguns pacientes têm crises várias vezes por mês, enquanto outras passam meses ou anos até ter uma nova crise. Durante a crise de Ménière, o indivíduo pode apresentar náuseas e vômitos, assim como dificuldades para caminhar. Devido aos sintomas não serem consistentes e as pessoas não conseguirem prevê-los, muitas destas se sentem frustradas, ansiosas e deprimidas, pois não conseguem planejar e controlar suas vidas.

De que maneira a doença de Ménière progride?

Nos estágios iniciais da doença, as pessoas experimentam crises de vertigem e perda auditiva ou zumbido, porém retornam ao normal entre as crises. Conforme a doença progride ao longo de muitos meses ou anos, a perda auditiva de baixa frequência pode estar presente entre as crises. Em um estágio mais tardio, perda auditiva significativa de baixa e alta frequência está sempre presente e a pessoa se sente constantemente desequilibrada.

Qual é o tratamento para a doença de Ménière?

Não existe cura para a doença de Ménière. Entretanto, alguns tratamentos médicos e mudanças no estilo de vida podem ajudar as pessoas a se sentirem melhor. Devido à doença poder ser causada por este acúmulo de líquido dentro da orelha interna, esforços para reduzir este fluido corporal às vezes pode ajudar a controlar os sintomas. Por exemplo: os médicos podem prescrever diuréticos e uma dieta pobre em sódio. Um estilo de vida balanceado pode ajudar pessoas com doença de Ménière a enfrentar e reduzir a intensidade e frequência das crises, e isto inclui: ter uma alimentação balanceada, realizando pequenas refeições, porém



1111 North Fairfax Street
Alexandria, VA 22314-1488

Phone: 800-999-2782,

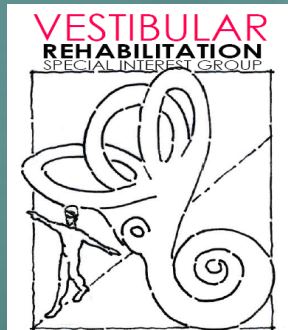
Ext 3237

Fax: 703-706-8578

Email: neuropt@apta.org

www.neuropt.org

Doença de Ménière



com frequência; praticar exercícios físicos regularmente; dormir adequadamente; realizar práticas para alívio do estresse, como tai chi, meditação, ioga; limitar cafeína e álcool. Os médicos podem prescrever medicamentos contra vertigem e náusea para serem utilizados durante as crises.

Em casos mais severos, existem alguns tratamentos para controlar a vertigem, como a administração de medicamentos poderosos no interior da orelha interna que lesa as células sensoriais ou uma cirurgia que corta o nervo vestibular. Esses tratamentos devem ser considerados cuidadosamente. O paciente deve levar em conta a severidade e frequência das crises e os potenciais efeitos adversos do tratamento ou cirurgia. Esses tratamentos podem promover um bom controle das crises e redução dos sintomas. Aparelhos auditivos podem ser necessários em casos de perda auditiva severa.

Como a Fisioterapia pode ajudar na doença de Ménière?

Fisioterapeutas podem ensinar as pessoas sobre mudanças no estilo de vida mencionadas acima. Se as crises forem muito intensas, a ponto de o paciente necessitar auxílio para caminhar, os fisioterapeutas podem ajudar fazendo recomendações de segurança para serem utilizadas durante e logo após as crises. Se a pessoa sentir tontura, sensibilidade ao movimento ou desequilíbrio entre as crises, a fisioterapia pode ajudar a melhorar estes sintomas através de determinados exercícios. Fisioterapeutas também podem auxiliar na recuperação após os procedimentos invasivos realizados, e mencionados acima, que lesam as células sensoriais ou que cortam o nervo vestibular.

Tradução: Camilla Cavassin, Fisioterapeuta



1111 North Fairfax Street
Alexandria, VA 22314-1488
Phone: 800-999-2782,
Ext 3237
Fax: 703-706-8578
Email: neuropt@apta.org
www.neuropt.org