

Vertiges



Les points clés

Le vertige, c'est voir tout tourner autour de soi (comme sur un carrousel).

Ce n'est pas la même chose qu'une sensation d'instabilité.

Le vertige est un signe **très fréquent** et le plus souvent, il révèle une **maladie bénigne**.



Les signes

Vous pouvez avoir la sensation que tout tourne autour de vous ou d'être sur un bateau ou de pas pouvoir rester debout ou encore de dévier vers un côté.

Ces signes peuvent s'accompagner de nausées, de vomissements et de troubles auditifs, mais vous n'avez pas l'impression que vous aller perdre connaissance.

Si le vertige recommence, essayez de dire:

- si les objets tournent dans un sens particulier ;
- sa durée, sa fréquence ;
- s'il augmente dans certaines positions ou au contraire diminue dans d'autres ;
- si vous déviez d'un côté quand vous marchez ;
- si pendant l'épisode de vertige vous avez l'impression de moins bien entendre, d'avoir les oreilles bouchées ou d'avoir du bruit dans les oreilles.



Les causes de vertige

Les vertiges sont le plus souvent provoqués par des maladies de l'**oreille interne** comme :

- Le vertige paroxystique positionnel bénin (VPPB) : ce vertige est le plus fréquent. Il survient lors de certaines positions de la tête. Il est dû à des sortes de petits cailloux qui irritent le nerf de l'équilibre dans l'oreille.
- La maladie de Ménière : le vertige s'associe à une baisse de l'audition et à du bruit dans l'oreille (bourdonnements).
- Une inflammation de l'oreille interne par un virus ou une otite...

Le vertige est parfois dû à une anomalie dans le cerveau : migraine, attaque cérébrale, insuffisance d'irrigation du cerveau.

Les **sensations d'instabilité** sont souvent liées à une **hypotension orthostatique** : c'est à dire, à une chute de tension lorsque l'on se lève.

Certains **médicaments** sont également responsables d'une sensation d'instabilité.



La prise en charge



Le diagnostic

La description du vertige et l'examen clinique permettent de trouver l'origine de la plupart des vertiges et d'éliminer une cause grave.

Votre médecin pourra vous demander de voir un spécialiste (ORL) pour faire un bilan plus complet.

Parfois, il vous demandera de réaliser des examens.



Les mesures préventives

Vertige paroxystique positionnel bénin : les épisodes de vertiges disparaissent tout seul en quelques semaines. Il existe des gestes qui aident à le faire passer. La **rééducation** vestibulaire peut être nécessaire.

Des médicaments peuvent soulager les symptômes : antivertigineux, médicaments contre les vomissements.

Sensation d'instabilité:

dans le cas d'une hypotension orthostatique et/ou d'une cause médicamenteuse, votre traitement pourra être adapté.



Les mesures associées

Repos dans la mesure du possible.

Eviter la conduite automobile et l'utilisation de machines dangereuses.

Eviter de consommer de l'alcool.



Prévention

Respectez les prescriptions de votre médecin et évitez l'automédication.



Consulter si :

- si vous avez de la fièvre ;
- si vous avez des maux de tête ;
- si votre pouls n'est pas régulier ;
- si le vertige est arrivé après une chute sur la tête ;
- s'il s'aggrave ;
- s'il dure longtemps ;
- si vous n'arrivez pas à tenir debout ;
- si vous avez eu des convulsions.

Rédacteur: Dr A Meneau, juin 2012. Source: Rev Med Liege 2011, Rev Med Suisse 2009, Le Clinicien 2007, ANAES 1997. Contact: memaurial@hotmail.com
Validé et adapté par: le comité de lecture de la Revue de Médecine Générale.