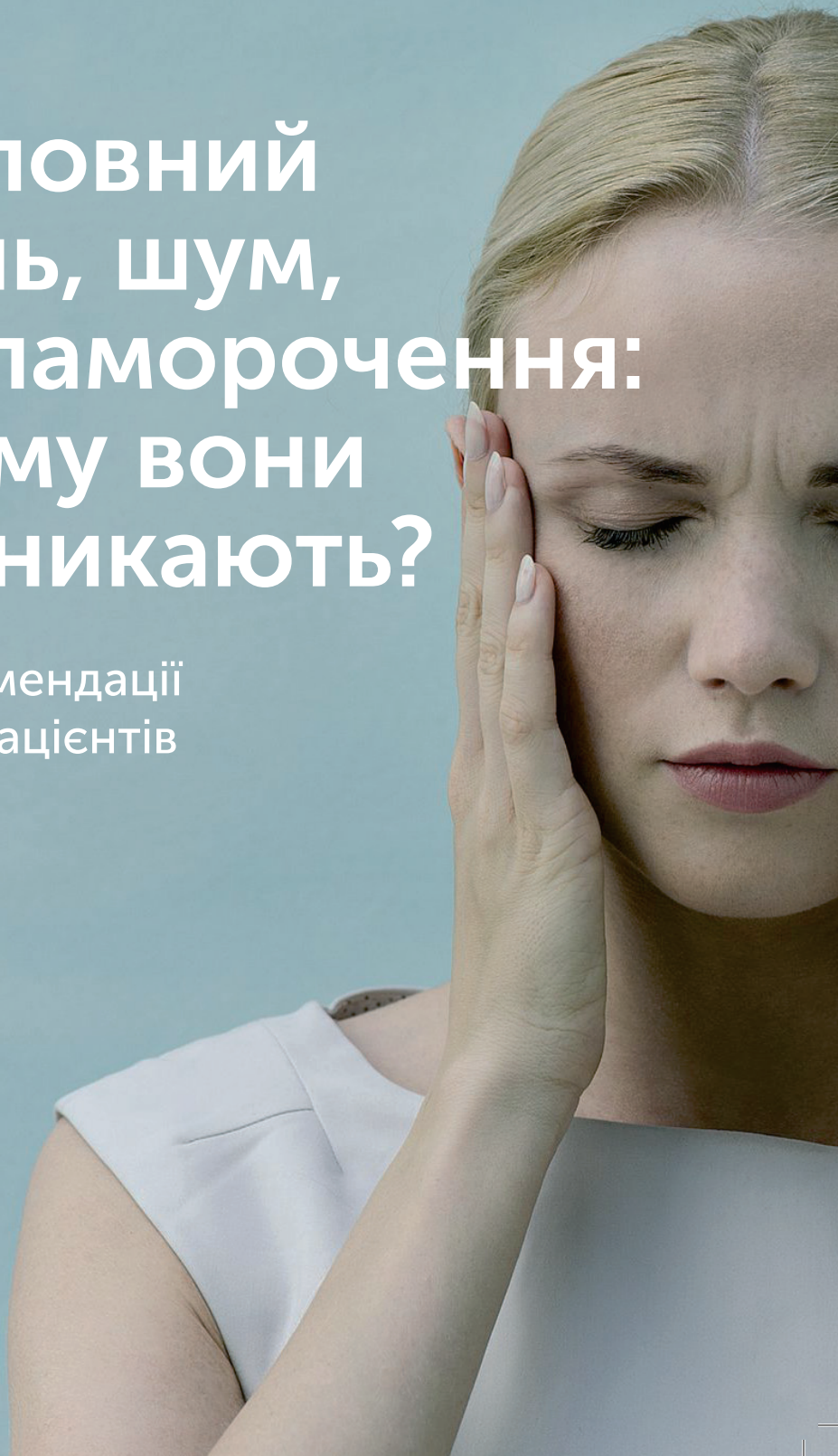


Головний біль, шум, запаморочення: ЧОМУ ВОНИ ВИНИКАЮТЬ?

Рекомендації
для пацієнтів



Зміст

Види головного
болю

2-3

Коли потрібно
звернутися до
лікаря?

3

Якщо виникає шум
у голові

4

Напади
запаморочення

5

Ваші дії

5

Додаткові
можливості

6-7

Розробка та видання:
vsizdorovi@gmail.com

Шум у голові, головний біль, запаморочення можуть зіпсувати активній людині не один день: із цими неприємними відчуттями важко працювати й просто вести звичний спосіб життя.

Головний біль є одним з найпоширеніших розладів нервової системи. Він став глобальною проблемою, яка не залежить від віку людини, її раси, рівня достатку чи місця проживання.

Види головного болю

Мігрень

Помірний або сильний головний біль з відчуттям пульсації. Жінки страждають на нього значно частіше. Може супроводжуватися нудотою, хворобливою чутливістю до світла, звуків, миготінням в очах. Триває від кількох годин до кількох днів.

Головний біль напруження

Його спричиняють перевтома, нестача сну, емоційні переживання. Напади зазвичай тривають від кількох годин до кількох днів. Біль немовби стискає голову, іноді поширюючись і на шию.

Кластерний головний біль

Іноді він зачіпає лише одне око, яке стає червоним, набряклим, з'являється сльозотеча. Може віддавати в щоку, ніс, скроню, шию або плече, але зазвичай лише з одного боку. Ймовірно закладення носа, нудота, надмірна чутливість до світла та звуків. Напад триває від 30 хвилин до декількох годин, переважно в один і той самий час кожного дня. Нерідко виникає під час сну. Часто кластерний біль плутають з мігренню. Це один з найсильніших, але й рідкісних типів головного болю.

Є також **вторинні види головного болю**, спричинені хронічними захворюваннями, уживанням деяких ліків, певних продуктів або алкоголю, розширенням або спазмами судин головного мозку.

Коли потрібно звернутися до лікаря?



Головний біль виникає частіше, ніж двічі на тиждень.



Ви вживаєте знеболювальні засоби, щоразу збільшуючи дозу.



Головний біль стає сильнішим і руйнує звичний ритм життя.



Люди зазвичай не звертаються по медичну допомогу, бо не здогадуються про існування ефективного лікування головного болю.

Якщо виникає шум у голові

Стан, коли людина відчуває шум у голові, називають терміном «тинітус». Він не є власне захворюванням, а лише симптомом хворобливих станів: вікової втрати слуху, травм вуха, порушень кровообігу тощо.

Йдеться про так званий суб'єктивний шум — не пов'язаний із зовнішніми подразниками.

Коли потрібно звернутися до лікаря?

- Шум у голові виникає раптово або без видимої причини.
- Ви на певний час перестаєте чути все, що навколо, або у вас трапляються запаморочення із шумом у вухах.

Шум або звуки в голові значно знижують якість життя та працездатність.

! Дбайте про серцево-судинне здоров'я – збереження судин здоровими запобігає ризику виникнення шуму у вухах, пов'язаного з розладами судин.



Напади запаморочення







Кожен десятий пацієнт лікаря-терапевта скаржиться на запаморочення.

Відчуття, які виникають при запамороченні:

- позірне обертання, власне чи навколо вас (вертиго)
- напівпритомність, слабкість
- хибність рухів, кроків, утрата рівноваги
- відчуття «загойдування»

Вони можуть виникати або посилюватися, коли ви йдете чи встаєте. Напади бувають раптові та сильні, іноді супроводжуються нудотою.

Можливі причини запаморочень:

-  порушення циркуляції крові
-  неврологічні проблеми
-  тривожні розлади
-  низький вміст заліза в організмі
-  інфекція
-  низький рівень глюкози в крові
-  травма

! Епізодичні запаморочення можуть траплятися в кого завгодно і зазвичай не становлять небезпеки для здоров'я.

Ваші дії

Лікування залежить від багатьох чинників і визначається лікарем індивідуально. Терапія включає різні заходи, від уживання медикаментів до зміни способу життя та харчових звичок.

! Принципово важливим є правильне визначення факторів, що призвели до погіршення самопочуття.





Гінґо білоба



Центела азійська

Додаткові можливості

Коли йдеться про головний біль, запаморочення та шум у голові й вухах через погіршення кровопостачання головного мозку, застосовують засоби рослинного походження, здатні поліпшити кровообіг у мозкових судинах.

Серед найпопулярніших з такими якостями — **гінґо білоба**. Екстракт листя цього найдавнішого на землі дерева міститься в багатьох препаратах, але досить рідко поєднується іще з однією рослиною, здатною позитивно впливати на стан судин мозку і мозковий кровообіг. Це готу кола, або **центела азійська**. Така ефективна комбінація представлена в комплексному засобі **БІЛЛАРИУМ**. Особливість його в тому, що обидва складники значно підсилюють позитивний вплив один одного.

Гінґо білоба (*Ginkgo biloba*) називають «деревом життя». Найбільш корисними його компонентами вважаються флавоноїди, які мають потужні антиоксидантні властивості, і терпеноїди, що поліпшують кровообіг, розширюючи судини й зменшуючи «липкість» тромбоцитів.

У медицині добре відомі властивості цієї рослини. Вона

- нормалізує кровопостачання мозку;
- насичує клітини й тканини киснем та глюкозою;
- нормалізує обмін речовин у клітинах.

Засоби з екстрактом листя гінґо білоба рекомендують західні й українські протоколи лікування когнітивних дисфункцій та деменції. Спеціалісти призначають їх, зважаючи на доведену ефективність і високий ступінь безпеки.

Гінґо білоба — єдиний фітопрепарат, який згадується в рекомендаціях робочої групи Всесвітньої федерації біологічної психіатрії (WFSBP; 2011 року) з медикаментозної терапії пацієнтів із хворобою Альцгеймера та іншими видами деменції.



Трава центели азійської

(*Centella asiatica*), або ж щитолисника азійського чи готу кола, входить до «золотого списку» аюрведичної медицини — переліку з пів сотні трав, дієвість яких доведена століттями практичного застосування.

Цю унікальну рослину ще називають «травою пам'яті», адже вона підвищує функціональні можливості мозку.



Центела — джерело біологічно активних речовин з антиоксидантними властивостями, які

- сприяють нормалізації артеріального тиску
- зміцнюють кровоносні судини
- поліпшують кровообіг в мозку.

Застосовується при

- стресах
- нервових розладах
- тривожних станах
- депресіях.

БІЛЛАРИУМ — ефективний засіб, рекомендований у разі втрати або погіршення пам'яті через стрес, порушення мозкового кровообігу внаслідок різних захворювань, зокрема після інсульту, для корекції вікових розладів когнітивних функцій та здатності запам'ятовувати.

Інформація надана на правах реклами.
Дієтична добавка.
Не є лікарським засобом.

Захистити МОЗОК = Захистити ЖИТТЯ

БІЛЛАРИУМ

Centella asiatica + Ginkgo biloba L.

Комплекс
природних
синергістів¹



1-2 капсули
2 рази на добу



Мінімальний курс
1 місяць

25 мг

стандартизованого
екстракту
центели азійської

80 мг

стандартизованого
екстракту
гінкго білоба



- + Покращує кровообіг^{1,2}
- + Вазопротекторний ефект^{1,2}
- + Покращує когнітивні функції^{1,2}

¹<http://vit-min.ru/memory/>

²Інструкція препарату Білларіум.

БІЛЛАРИУМ. Склад: 1 капсула тверда містить: основні речовини: сухий стандартизований екстракт листя гінкго білоба (*Ginkgo biloba*) – 80 мг (флавонові глікозиди 19,2 мг; терпенові лактони ≥ 4,8 мг); сухий стандартизований екстракт трави центели азійської (*Centella asiatica*) – 25 мг (азіатикозиди ≥ 9 мг). **Рекомендації щодо застосування:** як додаткове джерело флавонолідів (флавонових глікозидів: кверцетина, кемпферола та ізорамнетина), терпенових лактонів (гінголідів А, В, С та білобальдіів), триртерпенового глікозиду (азіатикозиду) з метою загального зміцнення та підвищення еластичності стінок судин, покращення реологічних властивостей крові. **Особливості щодо застосування:** не рекомендовано вживати алкоголь. **Застереження щодо застосування:** не перевищувати рекомендовану добову дозу. **Протипоказання:** індивідуальна чутливість до складових компонентів, вагітність та період лактації, гострі захворювання серцево-судинної і нервової систем та органів травлення, понижене згортання крові. **Виробник:** АДЮФАРМ ЛТД, Болгарія. **Заявник:** РОСТАФАРМ ЛІМІТЕД, Велика Британія. **Науково-експертна оцінка ДП:** Державний науково-дослідний центр з проблем гігієни харчування МОЗ України №19 від 20.02.2017 р. Дієтична добавка. Не є лікарським засобом. Інформація надана скорочено. З повною інформацією про препарат можна ознайомитися в Інструкції щодо застосування препарату. Перед застосуванням слід проконсультуватися з лікарем та ознайомитися з інструкцією щодо застосування препарату. Інформація надана на правах реклами.

Тел.: +380 567 905 509 / e-mail: info@rtp-service.comany

