**Δρ Δημήτριος Ν. Γκέλης,**

Ιατρός Ερευνητής- Συγγραφέας, Ωτορινολαρυγγολόγος, Οδοντίατρος, Διδάκτωρ του Πανεπιστημίο

e-mail: pharmage@otenet.gr

www.gelis.gr, www.d3gkelin.gr, www.vitaminb12.gr, www.magnisio.gr, www.zinc.gr,

www.gkelanto.gr,
www.allergopedia.gr,
www.orlpedia.gr
www.curcumin.gr

ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ: Ιατρική έρευνα, Προληπτική Ιατρική, Περιβαλλοντική Ιατρική, Συμπληρω

**Ἴλιγγος :** Ο όρος περιγράφεται στο λεξικό του Ησύχιου του Αλεξανδρέως που γραφτηκε τον 5ο αιώνα μ.Χ.: **ἴλιγγος** και **ἴλιξ** (ο της κεφαλής σκοτισμός).

Ο Νίκανδρος ο Κολοφώνιος στο σύγγραμμά του Θηριακά αναφέρει: **ἴλιγγος** • από του **ἰλιγγιᾶν**
και στρέφεσθαι. το δε
**ἰλιγγιῶ**
εκ του
**ἴλιξ**
,
ο σημαίνει την συστροφήν [
**ἰλιγγιᾶν δὲ ἐστὶ τὸ σκοτοδινιᾶν**
].

Στον Γαληνό XIX. σελ. 417. ΙΩ. Αφορ. 3ον. 17, σελ 494 αναφέρεται: *και καρηβαρίας και **ἰλίγγους** ποιέουσιν*
.
Στο Γαληνό επίσης
XVIIB
, σελ 611 αναφέρεται:

**ἴ**
**λιγγος γὰρ ἐστιν ἡ σκοτοδινί**
**α**
.

Στα Ιπποκρατικά σχόλια του Γαληνού ΙΙ σελ 367, IV. Αφορισμοί 3ον. 23. σελ. 496: κεφαλαλγίαι, ἴλιγγοι, ἀποπληξίαι
.

Ο όρος επίσης αναφέρεται στο ίδιο έργο με το προηγούμενο στο 31. σελ 500. Στο λεξικό του J.B. Hofmann ETIMOLOGISHES WÖRTERBUCH DES GRIECHISCHEN , EKD. VON R. OLDENBOURG, MÜNCHEN(1950 ), μεταγλώττιση, Αντ. Δ. Παπανικολάου (1974) : ἰλιγγιάω, ἴλιγγος, ἴλγξ
(δίνη, συστροφή, στρόβιλος, συσκότισις, ἰλιγγος, ζάλη
**(έχω ζάλην, αισθάνομαι σκοτοδινίαν**
**(κυλινδώ , τυλίσσω, συστρέφω).**
**Παράγωγα του**
**εἰλέω**
**είναι και οι λέξεις ἕλιξ, ἑλίσσω, ἕλμις, Ἑλένηκ.α.**

**Μήπως τα πάντα γύρω σας γυρίζουν ;**

**Πέφτεις να κοιμηθείς χωρίς να αισθάνεσαι ότι έχεις κάποια διαταραχή. Η πίεσή σου είναι κανονική, έχεις όρεξη, καλή διάθεση και είσαι ήρεμος. Όμως μπορεί να ξυπνήσεις το πρωί και μόλις πας να σηκωθείς από το κρεβάτι σου αρχίζουν να στριφογυρνάνε τα πάντα γύρω σου. Προσπαθείς να σταθείς όρθιος , αλλά δυτυχώ ς πέφτεις προς την ίδια πάντοτε κατεύθυνση ή δεξιά ή προς τ'αριστερά.**

**Στέκεσαι σε μια καρέκλα για να ισορροπήσεις και νοιώ θεις να σου έρχεται εμετός ή έντονη ναυτία. Προσπαθείς να σηκωθείς για να πας στην τουαλέτα και διαπιστώ νεις ότι πέφτεις γιατί σ'έχει κυριεύσει η ζάλη, ο ίλιγγος, η ναυτία και/ή έμετοι. Δεν φτάνουν όμως αυτά, γιατί νοιώ θεις τελείως ανήμπορος και πάνω απ'όλα νοιώ θεις αβοήθητος, απελπισμένος και πανικοβλημένος. Ηρεμίστε δεν χρειάζεται πανικός.**

**Τηλεφωνήστε στον Ωτορινολαρυγγολόγο σας και αυτός πρώ τον θα σας καθησυχάσει, δεύτερον θα σας πει τι να κάνετε μέχρις ότου έλθει κοντά σας. Η πιο πιθανή διάγνωση που μπορεί να θέσει ένας Ωτορινολαρυγγολόγος είναι ο καλοήθης ίλιγγος θέσεως**
**ή η**
**αιθουσαία**
**νευρωνίτιδα ή η νόσος του Ménière.**
**Βεβαίως ο γιατρός, αφού σας πάρει λεπτομερές ιστορικό θα σας κάνει πλήρη κλινική εξέταση και θα αποφασίσει αν θα χρειαστεί να κάνετε κάποιες εργαστηριακές ή άλλες παρακλινικές εξετάσεις.**

**Επειδή η αιθουσαία νευρωνίτιδα είναι μια συνηθισμένη κατάσταση που αντιμετωπίζουν οι Ωτορινολαρυγγολόγοι καλόν είναι να γνωρίζει κανείς το πώ ς αρχίζει , το πώ ς εξελίσσεται και έτσι να προλάβει τουλάχιστον τον έντονο πανικό που τη συνοδεύει. Σε άλλα κεφάλαια αυτής της ιστοσελίδας σύντομα θα φιλοξενηθούν άρθρα που θα περιγράφουν και άλλες αιτίες ιλίγγου.**

Συντάχθηκε απο τον/την Δρ Δημήτριος Ν. Γκέλης, Ιατρός, Οδοντίατρος, Ωτορινολαρυγγολόγος, Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών - Τελευταία Ενημέρωση Σάββατο, 24 Φεβρουάριος 2024 19:56

**Αντιμετώπιση του ιλίγγου της αιθουσαίας νευρωνίτιδας, της νόσου του Ménière και του καλοήθους ιλίγγου θέσεως με φυσική βιταμίνη D3**

**Η υποτροπή των κρίσεων καλοήθους παροξυσμικού ιλίγγου θέσεως έχει σχεπιστεί με την έλλειψη ή την ανεπάρκεια της βιταμίνης D3. Η αποκατάσταση των χαμηλών επιπέδων βιταμίνης D3 έχουν συνδεθεί με τη σημαντική μείωση της υποτροπής του του καλοήθους παροξυσμικού ιλίγγου θέσεως.**

**Η διόρθωση της έλλειψης βιταμίνης D3 σε νεοδιαγνωσθείσες περιπτώσεις της νόσου του Meniere μείωσε την αναγκαιότητα της θεραπείας της νόσου με ενδοτυμπανική ένεση γενταμυκίνης. Η συμπληρωματική χορήγηση βιταμίνης D3 μπορεί πράγματι να έχει ευεργετική επίδραση στη νόσο του Meniere, εάν τα συμπτώματα προκαλούνται από τοπική αυτοάνοση αντίδραση μετά από ιογενή λοίμωξη. Η βιταμίνη D3 έχει ισχυρό ανοσοτροποποιητικό ρόλο, ένας από τους οποίους είναι η ρύθμιση της έκφρασης των προφλεγμονωδών χημικών μεσολαβητών. [Bakhshaee M. et al, 2022].**

**Το χαμηλό επίπεδο της 25-(OH) D3 του ορού σχετίζεται με την έναρξη της αιθουσαίας νευρωνίτιδας. Η φυσιολογική συγκέντρωση της 25-(OH)D3 ορού είναι ένας προστατευτικός παράγοντας της αιθουσαίας νευρωνίτιδας. Επίσης, η συμπληρωματική χορήγηση βιταμίνης D3 μπορεί να είναι ένας νέος στόχος της θεραπείας της αιθουσαίας νευρωνίτιδας (Xiong S. et al, 2022).**

[redacted]