Кружится голова? Причины этого недуга

 Случается, что вы внезапно ощущаете головокружение. Человеческая нервная система получает информацию о теле, его положении от зрительной системы, мышц и суставов. Немаловажную роль в нашем организме играет вестибулярный аппарат. Он находится во внутреннем ухе и отвечает за наше равновесие и координацию. Чтобы наше тело было скоординировано, вестибулярный аппарат посылает определенные сигналы на нервные клетки в кору головного мозга. Импульсы постоянно направляются в мозг. Если случается остановка или прерывание подачи импульсов, то у человека начинает кружиться голова, и он чувствует себя не комфортно.

 Люди любого возраста могут ощущать головокружение. Но хуже тем, у кого часто кружится голова. Они чувствуют себя некомфортно. В таком состоянии людям тяжело передвигаться, порой даже не желательно. Вроде головокружение считается болезнью, хотя утверждают, что если у вас кружится голова после поездки на транспорте или катания на аттракционах, то это - нормально.

 Итак, что же мы чувствуем при головокружении?

 Окружающий нас мир расплывается в наших глазах, мы не стоим твердо на ногах и не чувствуем земли под ногами, иногда при ходьбе нас начинает шатать из стороны в сторону. К тому же следствием головокружения являются рвотные позывы, изрядное потоотделение, тошнота.

 Считается, что временное головокружение может быть вызвано резким приливом адреналина, содержащегося в крови. Это вызывает спазм сосудов, и мозг перестает насыщаться кровью в достаточном количестве.

 Количество адреналина, содержащегося в крови, может увеличиться благодаря разным эмоциям, переживаниям как положительным, так и отрицательным. Этому способствуют напряжение, разные стрессовые ситуации, приятные переживания. К приятным переживаниям можно отнести победу в какой-то викторине, покупку вещи, которую вы давно хотели. Конечно, самым сильным приливом адреналина будет прыжок с парашюта или скалолазание.

 Как выяснилось, головокружение, вызванное такими ситуациями – это нормально. Но если голова кружится очень часто, нужно сходить к доктору и проверить свое самочувствие. Чаще всего люди с повышенным или пониженным артериальным давлением страдают от того, что кружится голова.

 Если у вас часто кружится голова, значит, организм подает вам сигналы того, что с вами не все в порядке. Не игнорируйте информацию, которую дает вам ваше тело