

ΟΣΤΑ**Αστάθεια
στη βάδιση**

Είμαι άνδρας 82 ετών. Αν και συνήθως βαδίζω στον ευθύ δρόμο καλά, μερικές φορές η βάδισή μου είναι σαν μεθυσμένου ατόμου. Άλλες φορές παρατηρώ μια αστάθεια και μία φορά ανεβαίνοντας ένα σκαλί με δυσκολία κατάφερα να ισορροπήσω. Πρόσφατη αξονική τομογραφία εγκεφάλου (επειδή δεν μπορώ να υποβληθώ σε μαγνητική τομογραφία, λόγω μεταθλητικής αορτικής βαλβίδας) έδειξε αθηρωμάτωση της ηευκής ουσίας, στα πλαίσια αθηρωμάτωσης μικροαγγειακής εγκεφαλοπάθειας. Θα χρειασθώ μπαστούνι;

(*N.K., Χαλάνδρι*)

Α Ο ορθοπαιδικός χειρουργός δρ Χρήστος Γιαννακόπουλος απαντά ότι θα πρέπει να βρεθεί η ακριβής αιτία της δυσκολίας και της αστάθειας στη βάδιση. Αυτή μπορεί να είναι από ένα ορθοπαιδικό πρόβλημα ή μια διαταραχή στο κέντρο της ισορροπίας στο αυτί έως η μειωμένη ροή αίματος προς τον εγκέφαλο λόγω αθηροσκλήρωσης (που φαίνεται και στην αξονική τομογραφία σας) ή λόγω καρδιακής αρρυθμίας (η κολπική μαρμαρυγή μπορεί να προκαλέσει συγκοπτικό επεισόδιο και ζάλη). Θα πρέπει να επισκεφθείτε καταρχάς ορθοπαιδικό γιατρό για να γίνει μια καλή κλινική εξέταση και να διαπιστωθεί εάν υπάρχει κινητικό πρόβλημα. Εάν δεν βρεθεί κάτι παθολογικό, θα πρέπει να επισκεφθείτε κατόπιν νευρολόγο, ωτορινολαρυγγολόγο και καρδιολόγο. Είναι απαραίτητο επίσης να υποβληθείτε σε μια εξέταση τριπλέξ καρωτίδων. Εν τω μεταξύ, είναι απαραίτητο να χρησιμοποιείτε για υποστήριξη ένα μπαστούνι. Επίσης, πολύ βοηθούν οι ασκήσεις για ισορροπία και βελτίωση της κινητικότητας, τις οποίες μπορείτε να κάνετε σε φυσικοθεραπευτήριο ή σε ένα σοβαρό γυμναστήριο.