

O Que Causa Labirintite?

Contudo as causas de labirintite podem ser:

Gripe ou resfriado;

Envelhecimento;

Uso de medicamentos;

Pressão alta;

Colesterol alto;

Excesso ou falta de açúcar no sangue;

Hipertireoidismo;

Hipotireoidismo;

Traumatismo craniano;

Tumor cerebral;

Doenças neurológicas;

Disfunção da articulação têmporo-mandibular (ATM);

Alergia;

Infecções virais ou bacterianas.

As causas de labirintite emocional estão relacionadas com crises de ansiedade patológica ou depressão.

Sintomas da Labirintite

Tonturas;

Dor de cabeça;

Sensação de desmaio;

Suor frio;

Palidez; A labirintite, que é uma inflamação no ouvido interno, no labirinto, responsável pela audição e equilíbrio, geralmente é causada por uma infecção no ouvido.

Dificuldade na audição;

Zumbido nos ouvidos;

Pressão nos ouvidos;

Ansiedade;

Dificuldade em andar em uma linha reta.

Sensação de pressão dentro do ouvido;

Líquido ou secreções saindo do ouvido;

Dor de cabeça;

Enjoos e vômito;

Febre acima de 38° C.

Estes sintomas podem piorar com o estresse, movimentos bruscos da cabeça, quando se está em lugares com muita gente, utilizando o computador no escuro ou durante a menstruação, por exemplo, e são mais intensos nos primeiros 4 dias, diminuindo ao longo de 3 semanas, até desaparecerem.

Estes sintomas podem durar algumas horas ou até mesmo dias, dificultando a vida do indivíduo.

No entanto, os sintomas podem voltar a aparecer ao longo de vários meses ou anos ou podem aparecer sintomas de labirintite grave que incluem dificuldades em permanecer em pé devido a fortes tonturas ou surdez completa.
Sintomas de labirintite emocional

Os sintomas de labirintite emocional são os mesmos, no entanto, o indivíduo também pode apresentar ansiedade, estresse, preocupação, tristeza, choro fácil ou alterações do apetite, pois a labirintite emocional está relacionada com problemas emocionais como ansiedade ou depressão.

Tratamento para labirintite e labirintite "emocional"

O acompanhamento de um reequilíbrio energético pela Medicina Tradicional Chinesa faz-se necessário e, muitas vezes, é essencial para a manutenção salutar da energia e a cura da doença. A reeducação alimentar vai aliviar os sintomas além de exercícios que irão melhorar o equilíbrio. A dieta inclui Os alimentos bons para a labirintite que são principalmente os alimentos ricos em ômega 3 como salmão, sardinha ou sementes de chia, por exemplo porque são anti-inflamatórios e ajudam a combater a inflamação no ouvido. Além disso, também é importante fazer uma dieta rica em legumes, frutas, verduras e cereais integrais para fortalecer o organismo.



[Alimentos bons para a labirintite](#)



[Alimentos que fazem mal na labirintite](#)

Os alimentos que fazem mal na labirintite e por isso devem ser evitados são:

Doces, balas, chocolate, bolos, biscoitos, sorvetes ou outros alimentos ricos em açúcar;

Bebidas açucaradas, como refrigerantes e sucos, principalmente os industrializados;

Bebidas estimulantes, como café, Coca-Cola e chá mate;

Frituras, embutidos e outros alimentos ricos em gorduras;

Bebidas alcoólicas.

Evitar o açúcar branco e o mel;

Evitar café e cafeína;

Evitar alimentos industrializados.

Dormir com um travesseiro pouco alto;

Fazer leves caminhadas regularmente;

Os alimentos industrializados contêm corantes e conservantes que podem desencadear uma crise de labirintite, e, por isso, devem ser evitados, dando preferência a uma alimentação natural e hábitos de vida mais saudáveis.

Além de evitar esses alimentos é importante não adicionar muito sal ao temperar os alimentos porque o sal aumenta a pressão no ouvido que agrava a inflamação, para temperar os alimentos deve preferir-se ervas aromáticas como alecrim ou orégano, por exemplo.

Comer de 3 em 3 horas também ajuda a evitar o aparecimento de crises de labirintite assim como estar hidratado por isso recomenda-se a ingestão de 1,5 a 2 litros de água por dia.

Remédio para Labirintite

A labirintite é uma doença que pode ser tratada com Acupuntura e o uso de medicamentos fitoterápicos como, por exemplo, o chá de ginko biloba, que irá melhorar a circulação sanguínea e poderá ajudar a combater os sintomas da doença.

A labirintite é uma doença que pode atingir indivíduos de todas as idades, embora seja mais comum nas mulheres entre os 40 e 60 anos de idade.

A Medicina Tradicional Chinesa contempla um reequilíbrio energético que vai trazer novamente a melhor qualidade de vida dos indivíduos.