

めまいのおはなし

講師 耳鼻咽喉科 藤井 博則 医師



【講演内容】

めまいは体のバランスを維持する機能（目・耳・深部感覚・脳）に異常が起きたときにおこります。めまいをなおすためには積極的に動いたり、リハビリすることが大切です。安静だけではなおりませんので、眼球の動きの体操や簡単な運動にチャレンジしてみてください！ ✨

フィギアスケートの選手は回転してもめまいはしないが、普通の人がある椅子に座り回転したら気持ち悪くなるらしい

