

Der gutartige Lagerungsschwindel

Der häufigste organisch bedingte Schwindel ist der sogenannte gutartige Lagerungsschwindel. Dabei sind kleine Kalksteinchen aus den Gleichgewichtssäckchen (die Basis des Gleichgewichtsorgans) in die daraus abgehenden Bogengänge gelangt. Dort lösen sie bei bestimmten Bewegungen Fehlinformationen aus, die zu Drehschwindel führen.

Typisch sind kurze Drehschwindelattacken mit spezifischen Augenzitterbewegungen (Nystagmen) nach bestimmten Kopfbewegungen, aber auch beim Bücken oder Hinlegen. Meist vergehen nach der Lageänderung einige Sekunden, bevor der Schwindel einsetzt. Dieser hält in aller Regel 30-60 Sekunden an, selten auch 2-3 Minuten, nicht länger. Manchen Patienten wird dabei übel, einige müssen sogar erbrechen.

Der gutartige Lagerungsschwindel verschwindet in der Regel auch ohne Behandlung nach einigen Wochen bis Monaten. Er kann jedoch nach einigen Monaten oder Jahren wiederkehren und sich wieder zurückbilden. Bleibt der gutartige Lagerungsschwindel, ist er in aller Regel besser therapierbar als jeder andere Schwindel, da die Ursache meist effektiv beseitigt werden kann.

Die ärztliche Diagnostik ist bereits der Beginn der Therapie. Dabei werden die Betroffenen rasch aus dem Sitzen in die Seitenlage gekippt. Mit einer speziellen Untersuchungsbrille, der sogenannten Frenzel-Brille, werden auch kleine Augenzitterbewegungen gut sichtbar. Um die betroffene Seite herauszufinden, können Sie sich selbst nach rechts und danach nach links lagern. Betroffen ist die Seite, bei der nach der Lagerung ein zirka einminütiger Schwindel ausgelöst wird. In aller Regel ist der hintere Bogengang betroffen, der im aufrechten Zustand am tiefsten liegt.

Wenn sich so die Diagnose sichern lässt, können 95% der Beschwerden innerhalb von wenigen Wochen beseitigt werden. Mit Eigeninitiative und Mut können Sie dies auch schon alleine versuchen. Darüber hinaus können auch Übungen unter Anleitung von Physiotherapeuten helfen.

Auf unserer Homepage sind Anleitungen zu entsprechenden Schwindelübungen hinterlegt.

Wir beraten Sie gerne in unserer Schwindel-Ambulanz (Anmeldung: 07131-49-36010).

