



Schwindel

Wenn alles dreht und schwankt

Schwindel ist eine sehr unangenehme Empfindung. In den meisten Fällen sind Schwindelattacken harmlos. Treten sie plötzlich und unerklärlich auf, müssen die Ursachen abgeklärt werden.

Normalerweise wissen wir über die Situation unseres Körpers und seine Bewegungen in jedem Augenblick Bescheid. Dazu leiten die Nerven ständig Informationen von den Sinnesorganen zum Gehirn weiter. Meldungen über Gleichgewicht und Lage im Raum erhält der Mensch über drei Sinne: über das Gleichgewichtsorgan im Innenohr, über das Sehorgan und über die Tiefenrezeptoren in den Muskeln.

Schwindel entsteht dann, wenn die Informationen vorübergehend nicht mehr übereinstimmen. Der normale, meist durch Rotation erzeugte Schwindel, soll auch als Schutzmechanismus des Körpers dienen und auf mögliche Gefahren hinweisen. Schwindel ist bei vielen Er-

krankungen ein häufiges Begleitsymptom – insbesondere bei Krankheiten des Nervensystems. Fast jedem Menschen war aber schon einmal schwindelig, ohne dass gravierende Ursachen bestünden.

Mit zunehmendem Alter steigt die Schwindel-Häufigkeit ausserdem deutlich an: Bei jüngeren Erwachsenen beträgt der Anteil der Menschen mit regelmässigem Schwindel etwa 2 Prozent. Bei den über 65-Jährigen sind es bereits 30 Prozent, bei den über 80-Jährigen sogar etwa 40 Prozent. Dies steht mit dem natürlichen, körperlichen Alterungsprozess in Zusammenhang. Die visuellen Fähigkeiten nehmen ab, Muskeln sind schlechter durchblutet, ältere Patienten nehmen häufiger verschiedene Medikamente gleichzeitig ein, deren Wechsel- und Nebenwirkungen ihrerseits Schwindel auslösen können. Auch sind im Alter degenerative Krankheiten wie Parkinson, multiple Sklerose oder Alzheimer häufiger – alles mögliche Ursachen für Schwindelgefühle.

Das Karussell im Kopf

Der häufigste Schwindel ist der Lageungsschwindel. Er betrifft etwa 20 Prozent aller Fälle. Dabei lösen sich kleine Kristalle und gelangen in die Bogengänge des Innenohrs – spontan oder als Folge eines Traumas. Dieser Mechanismus löst beim Betroffenen eine Gleichgewichtsstörung, ein Gefühl des Schwindels aus. Lagerungsschwindel tritt typischerweise auf, wenn die Patienten den Kopf zur Seite neigen, beim Umdrehen im Bett oder beim Aufstehen. Das Karussell im Kopf hält meistens nach einigen Sekunden wieder an, kann aber mitunter bis zu einer Minute weiterdrehen. Der Lageungsschwindel überkommt Menschen jeden Alters, ist mit zunehmendem Alter jedoch häufiger – der Gipfel liegt zwischen dem 60. und 80. Lebensjahr. Frauen sind häufiger betroffen als Männer.

Um herauszufinden, ob der Patient an einem Lagerungsschwindel leidet, ist

eine sorgfältige Anamnese entscheidend. Die Diagnose ist nicht immer ganz einfach, und es muss klar bestimmt werden, welche Bogengänge im Ohr in Mitleidenschaft gezogen sind, um erfolgreich therapieren zu können. Nach einer groben neurologischen Untersuchung beobachtet der Arzt die Augenbewegungen des Patienten mithilfe einer speziellen Brille. So gelingt es ihm, den betroffenen Bogengang zu bestimmen. Angepasste Übungen beschleunigen die Heilung. Die Kristalle lassen sich nur auf diese Weise wieder an die richtige Stelle zurückbefördern. Eine medikamentöse Behandlung gibt es nicht. Die Übungen, die der Arzt dem Patienten zeigt, sollten zu Hause weitergeführt werden.

Ursache: Virusinfektion?

Die Unterfunktion beziehungsweise der komplette Ausfall eines Gleichgewichtsorgans äussert sich derweil dramatischer. In den meisten Fällen begleitet von Übelkeit und/oder Erbrechen, dauert der Dreh- oder Schwank-Schwindel Stunden bis mehrere Tage oder sogar Wochen an. Die Patienten können sich kaum mehr bewegen, geschweige denn aufrecht auf den Beinen halten. Als mögliche Ursache gilt hier eine Virusinfektion. Kortison in Form von Tabletten oder Infusionen sowie spezielle Schwindel-Medikamente können in solch einem Fall Linderung bringen. Auf pflanzlicher Basis existieren zudem Ginko-Präparate, die nachweislich weniger Nebenwirkungen zeigen und bei einigen Patienten gut anschlagen.

Ist der Drehschwindel von einem Ohrdruck sowie einem Tinnitus und einer Hörminderung begleitet, muss an einen Morbus Menière gedacht werden. Diese Krankheit ist allerdings eine Ausschlussdiagnose und mit einem Anteil von etwa 5 Prozent an allen Fällen eher selten. In der Regel gilt es, zuerst

andere Ursachen auszuschliessen. Die Therapie ist von medikamentös bis operativ im fortgeschrittenen Stadium ziemlich vielseitig.

Diese drei Schwindelarten sind die häufigsten, die in einer Hals-Nasen-Ohren-Praxis anzutreffen sind. Andere Gründe des Schwindels – von der Blutdruckschwankung bis hin zur Hirnblutung – müssen durch eine enge interdisziplinäre Zusammenarbeit ausgeschlossen werden.

Psychisch bedingt

Ebenfalls zu erwähnen sind der phobische Schwank-Schwindel sowie der psychogene Schwindel, die immerhin rund 15 Prozent der Patienten betreffen. Bei diesen Schwindelarten handelt es sich jedoch weniger um Dreh-, sondern eher um Schwank-Schwindel. In Zusammenhang mit besonderen psychischen Belastungen kann einen ein plötzlicher, anfallartiger Schwindel mit Benommenheit und Unsicherheit überkommen; dabei dauert dieser anfangs nur wenige Sekunden an und kann Menschen jeden Alters betreffen.

Die Patienten erleben derartige Anfälle als sehr bedrohlich und entwickeln eine durch Angst geprägte Erwartungshaltung vor der nächsten Attacke. Der Schwindel wird oft durch bestimmte Situationen oder Handlungen ausgelöst – wie Autofahren, Überqueren von Brücken, Treppensteigen, den Aufenthalt in leeren Räumen oder bestimmte soziale und kommunikative Anforderungen. Durch Ängste oder Stress bedingte Schwindel lassen sich mit Psychotherapien beheben.

Wann ist ein Arztbesuch nötig?

Rund 80 Prozent der Schwindelsymptome haben eine harmlose Ursache, die restlichen 20 Prozent können gefährlich sein, werden aber häufig nicht erkannt. Somit ist die Wichtigkeit einer sorgfältigen Abklärung noch einmal zu betonen. Wenn einem aus unerklärlichen

Gründen plötzlich oder regelmässig schwindelig wird, sollte man zum Arzt. Ein vorübergehend «stürmer Kopf» beim Lift- oder Karussellfahren ist aber definitiv noch kein Anlass dazu. Der erste Gang der Betroffenen führt sie in der Regel zum Hausarzt. Eine genaue Diagnose sowie die Zusammenarbeit mit Fachärzten sind danach entscheidend. Die sozialen Auswirkungen von Schwindel sollten bei alledem nicht ausser Acht gelassen werden. Viele Patienten fürchten sich, das Haus zu verlassen, ziehen sich zurück und meiden Situationen, in denen ihnen wieder schwindelig werden könnte. So gehört Schwindel auch zu den häufigsten Gründen für Arbeitsunfähigkeiten in der Schweiz. Vorbeugend kann leider niemand etwas dagegen tun – wie gesund und aktiv er seinen Alltag auch gestalten mag. Schwindel kann jeden Menschen, zu jedem Zeitpunkt, an jedem Ort überkommen.

Die Auskunftsperson



Dr. med. Frederike Schneider
Fachärztin FMH für
Hals-Nasen-Ohren-Krankheiten
Belegärztin Spital STS AG, Spital Thun

Kontakt:

HNO Zentrum Thun
Bälliz 40, 3600 Thun
Tel. 033 223 18 35
f.schneider@hnozentrumschun.ch



**Link zur Website
HNO Zentrum Thun**

Patienten können sich auch an die
Spezialisten der Spitäler fmi AG wenden.