



REVALIDATIE

DRAAIDUIZELIGHEID OF BPPV



Inhoud

Wat is BPPV?	4
Wat zijn de oorzaken?	5
Hoe wordt BPPV behandeld?	6
Aandachtspunten	7
Nuttige contacten	8

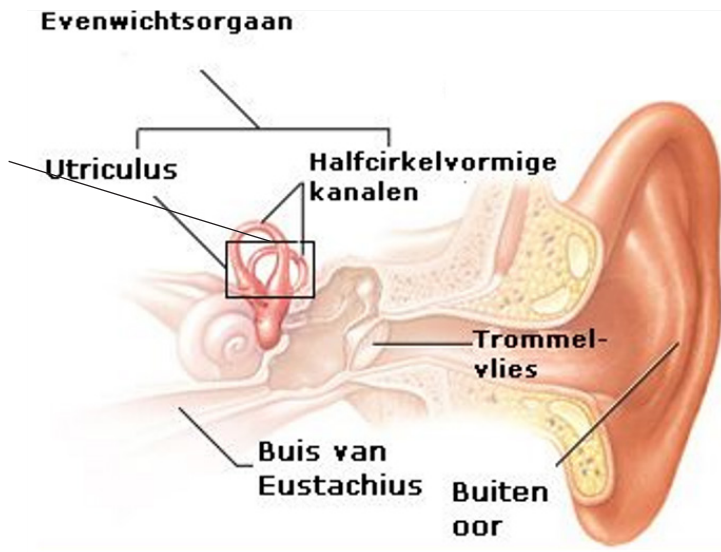
Voorwoord

Je hebt recent de diagnose BPPV of draaiduizeligheid gekregen van je neus-, keel- en oorarts. Misschien heeft hij je doorverwezen naar de kinesitherapeut voor verdere behandeling. Deze brochure geeft je meer uitleg over wat BPPV inhoudt.

Heb je nog vragen na het lezen van deze brochure? Stel ze gerust aan je arts of kinesitherapeut.

Wat is BPPV?

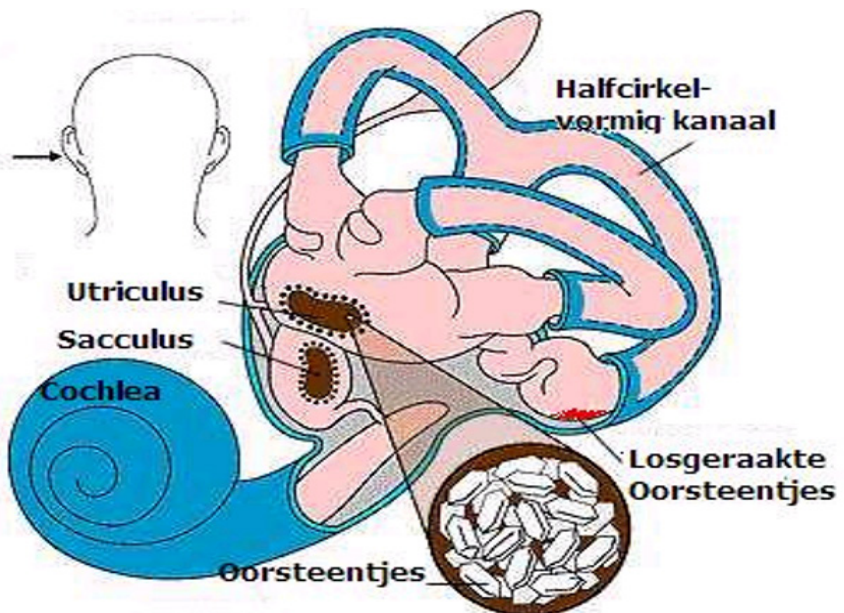
De afkorting BPPV staat voor Benigne (goedaardige) Paroxysmale (aanvalsgewijze) Positionele (houdingsgebonden) Vertigo (draaiduizeligheid). BPPV of draaiduizeligheid is een veel voorkomende aandoening waarvan de oorzaak een goedaardig mechanisch probleem is in het evenwichtsorgaan. De belangrijkste symptomen van BPPV zijn korte, vaak hevige aanvallen van draaiduizeligheid, voornamelijk bij specifieke activiteiten zoals in en uit bed komen, draaien in bed, omhoog kijken of bukken. Het gaat gepaard met nystagmus, een symptoom waarbij de ogen op een specifieke manier heen en weer bewegen. Verder kunnen er ook symptomen mee gepaard gaan zoals misselijkheid, ijlhoofdigheid, een zwevend gevoel, onstabiel zicht of instabiliteit tijdens het stappen.



Wat zijn de oorzaken?

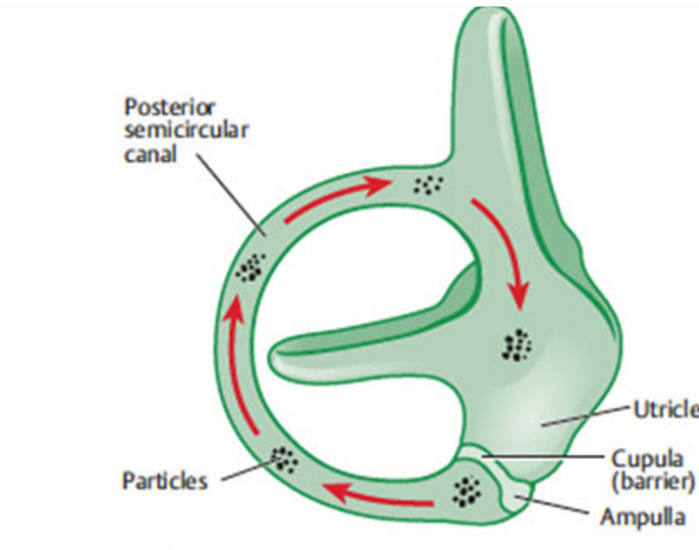
Het evenwichtsorgaan bestaat uit 2 otolietorganen (utriculus en sacculus) en 3 halfcirkelvormige kanalen. De otolietorganen bevatten otolieten, ook wel kristallen of oorsteentjes genoemd. Deze kunnen loskomen uit de utriculus en in één van de halfcirkelvormige kanalen terecht komen. Bij een specifieke houdingsverandering bewegen deze kristallen in het halfcirkelvormig kanaal, waardoor er een verkeerd signaal naar de hersenen gestuurd wordt. Hierdoor gaan de ogen kortdurend (meestal 10 à 15 seconden, zeker minder dan een minuut) beginnen bewegen. Deze oogbeweging noemen we nystagmus. De patiënt krijgt dan de indruk dat de omgeving rondom hem of haar beweegt.

Waarom de kristallen precies loskomen, is in 50% tot 70% van de gevallen ongekend. Vaak gaat het gepaard met de leeftijd. In 20% van de gevallen komt dit voor na een trauma (vb. ten gevolge van een val of een klap op het hoofd) of na een operatie. In 10% van de gevallen komt dit voor na een infectie ter hoogte van het oor.



Hoe wordt BPPV behandeld?

BPPV is een goedaardige aandoening. In veel gevallen geneest het spontaan binnen enkele weken tot maanden. Medicatie heeft bij deze aandoening weinig zin en kan zelfs de genezing vertragen omdat de symptomen hierdoor verdoezeld worden. Het wordt aangeraden om veel met het hoofd te bewegen om spontane genezing te bevorderen. Stilzitten wordt afgeraden, tenzij kort na de behandeling bij de arts of kinesitherapeut (zie volgende pagina).



De behandeling bestaat uit vrij eenvoudige wentel- of zwaaibewegingen om de losgekomen kristallen terug naar de juiste plaats te brengen. Na enkele dagen kom je terug op controle. De therapie wordt herhaald zolang je nog klachten hebt. Bij sommige patiënten is het zinvol om ook oefeningen voor thuis mee te geven.

Aandachtspunten

Het is niet aan te raden om met de auto te rijden als je last hebt van draaiduizeligheid. Je zorgt best voor een chauffeur als je bij de arts of kinesitherapeut langskomt. Mogelijk kan er tijdens de consultatie meer duizeligheid worden uitgelokt.

Eet geen zware maaltijd vlak voor je bij de arts of kinesitherapeut gaat. Sommige bewegingen die door de arts of kinesitherapeut worden uitgevoerd, kunnen er mogelijk voor zorgen dat je moet braken. Vooral soepen en sauzen worden best vermeden.

Na een behandeling vermijd je best 48 uur bewegingen waarbij het hoofd achterover gekanteld wordt. Stel een tandarts- of kappersbezoek even uit gedurende deze periode. Slaap bij voorkeur met een extra kussen zodat je niet te plat ligt. Gordijnen afhalen en ramen poetsen stel je ook best even uit.

De kans dat de klachten terugkomen enkele maanden of jaren nadat je genezen bent, is groter dan bij personen die nooit BPPV hebben gehad. Aangezien je sneller de symptomen zal herkennen, kan je ook best meteen een afspraak maken bij je neus-, keel- en oorarts.

Nuttige contacten

De **neus-, keel- en oorarts** is de behandelende arts en staat in voor de medische opvolging. Hij stelt de diagnose, plant verdere onderzoeken, voert de behandeling uit en schrijft indien nodig kinesitherapie voor.

Neus-, keel- en oorartsen

- Dr. Y. Callier
- Dr. R.A. Desterbeck
- Dr. K. David

De **audioloog** helpt de arts bij de onderzoeken.

De **kinesitherapeut** werkt verder aan de behandeling op doorverwijzing van de arts.

Secretariaat NKO

09 364 84 62

Secretariaat revalidatie


09 364 85 10

Meer info vind je op www.sezz.be


AZ Sint-Elisabeth Zottegem vzw

 Godveerdegemstraat 69

9620 Zottegem

 T 0032 9 364 81 11

F 0032 9 364 89 00


 info@sezz.be

 www.sezz.be


0418.558.166

RPR Gent, afd. Oudenaarde

Medisch Centrum Brakel

 Watermolenstraat 74-76

9660 Brakel

 T 0032 55 42 66 01

Qualicor^{EUROPE} 

Lid van  **E17**
ziekenhuis
netwerk