

# **BENIGNER PAROXYSMALER LAGERUNGSSCHWINDEL**

Es handelt sich hierbei um die häufigste klinische Schwindelform. Sie tritt meist spontan auf, das heißt ohne erkennbaren Grund. Als Ursache werden Altersveränderungen im Gleichgewichtsorgan, das Ablösen von Kristallen, angenommen. Der Erkrankungsgipfel liegt zwischen 65 und 75 Jahren, die Erkrankung tritt etwas häufiger bei Frauen als bei Männern auf. Als zweithäufigste Ursache wird ein Zusammenhang mit Unfällen festgestellt, wobei das Anstoßen des Kopfes als wesentlich angesehen wird.

Die nicht unfallverursachte Erkrankung beginnt häufig morgens beim ersten Aufstehen mit einem heftigen, wenige Sekunden bis maximal eine Minute dauerndem Drehschwindel, anfänglich meist begleitet von ausgeprägter Übelkeit. Die Beschwerden werden stets durch eine Bewegung ausgelöst. Der Schwindel geht einher mit raschem Augenzucken (Nystagmus). Eine Fallneigung nach vorne sowie eine Gangunsicherheit im Schwindelintervall besteht. Die Beschwerden lassen sich auslösen überwiegend durch das Aufrichten des Oberkörpers bzw. das Hinlegen. Im Verlaufe von ein bis drei Wochen lassen die Beschwerden in Bezug auf ihre Ausprägung und Häufigkeit nach.

Die Sicherung der Diagnose erfolgt durch den Neurologen. Durch das Vorhalten einer Brille (Frenzelbrille) wird das Augenzittern bei Bewegungen beobachtet. Ein typisches Augenbewegungsmuster lässt mit großer Sicherheit die Diagnose von sonstigen möglichen Ursachen abgrenzen.

Die ursächliche Behandlung besteht im Lagerungstraining nach Brandt (siehe Schema auf der nächsten Seite). Dieses physikalische Lagerungstrainingsprogramm wurde unter der Vorstellung entwickelt, dass durch die rein mechanische Bewegung die fälschlicherweise angelagerten Kristalle sich wieder lösen und damit die Funktion des Gleichgewichtsorgans im Weiteren auf Dauer wieder unbeeinträchtigt ist. Das Lagerungstraining sollte dreimal am Tag in Serien von fünf- bis zehnmal durchgeführt werden. Eine Beschwerdefreiheit nach zwei bis drei Wochen tritt erfahrungsgemäß auf.

Eine Restsymptomatik (Restbeschwerden) ist nicht zu erwarten, sollte bei Auftreten aber unbedingt zu einer neuerlichen Vorstellung beim Neurologen Anlass sein.

## Benigner paroxysmaler Lagerungsschwindel

