

# Duizeligheid

KNO



Beter voor elkaar

Deze folder geeft u informatie over duizeligheid en klachten. Als u pas voor deze klacht bij een keel-neus-oorarts (KNO-arts) bent geweest, dan kunt u hier meer informatie vinden.

## Wat is duizeligheid?

Normaal gesproken krijgt iedereen steeds informatie binnen over de ruimte waar u op dat moment bent.

Al deze informatie wordt verwerkt in de hersenen. Van daaruit gaan prikkels naar de spieren van het lichaam, zodat we onze houding en het evenwicht kunnen aanpassen en bewaren.

Die informatie komt binnen via de volgende systemen:

### **Het evenwichtsorgaan**

Dit orgaan ligt in het rotsbeen en is samen met het slakkenhuis het binnenoor. Het evenwichtsorgaan is gevoelig voor veranderingen van de stand van het hoofd ten op zichte van uw lichaam.

### **De ogen**

Als u uw ogen dicht doet is het moeilijker om te lopen en in evenwicht te blijven.

### **Het gevoel in de spieren en pezen**

Seintjes uit de hersenen en de nek geven informatie over de stand van het lichaam en van het hoofd.

Al deze informatie wordt verwerkt in de hersenstam en de kleine hersenen. Van daaruit gaan prikkels naar de spieren van het lichaam, zodat u uw houding kan aanpassen en uw evenwicht bewaart. Er gaan ook seintjes met informatie naar de grote hersenen waar het bewustzijn (gevoel) zit. Als daar verkeerde of tegenstrijdige seintjes binnenkomen kunt u zich duizelig gaan voelen.

## Oorzaken van duizeligheid

Elke stoornis op een van de plaatsen in het hele systeem kan duizeligheid en/of evenwichtsklachten veroorzaken.

### **Aanval draaiduizeligheid**

Als het evenwichtsorgaan plotseling van slag is leidt dit tot heftige draaiduizeligheid met misselijkheid en braken. Vaak ziet u daarbij de omgeving draaien. De klachten kunnen minuten tot uren duren, waarna het spontaan weer overgaat,

### **De bekendste oorzaken van een acute aanval van draaiduizeligheid zijn:**

- Ontsteking van het evenwichtsorgaan. Meestal gaat het om een ontsteking nadat u griep heeft gehad.
- De Ziekte van Ménière.
- Een aanval van migraine (waarbij de duizeligheid vaak samen gaat met hoofdpijn).
- Doorbloedingsstoornis of bloeding in evenwichtsorgaan en/of (kleine) hersenen.

Bij de Ziekte van Ménière en vestibulaire migraine komen de duizeligheidsaanvallen steeds terug. Als na een plotselinge aanval van draaiduizeligheid schade is ontstaan aan het evenwichtsorgaan, kan u nog lange tijd last houden van een gevoel van wiebeligheid en omvallen (bijvoorbeeld bij snelle bewegingen).

Functieverlies van het evenwichtsorgaan kan ook komen na gebruik van medicijnen die gevaarlijk zijn voor het evenwichtsorgaan, en door het normale verouderingsproces.

## **B.P.P.D.**

We hebben het over benigne paroxysmale positieduizeligheid (BPPD) bij draaiduizeligheid die seconden duurt en opkomt bij bepaalde bewegingen (bukken, omhoog kijken, omdraaien in bed, gaan liggen in bed), De klachten worden veroorzaakt door 'steentjes' die zwerven door het evenwichtsorgaan. Dit is een onschuldige, maar vervelende klacht die gelukkig vaak vanzelf weer over gaat.

## **Bloeddrukdaling**

Een daling van de bloeddruk bij het overeind komen kan zorgen voor een licht gevoel in het hoofd bij opstaan of lang staan. Dit noemt men 'orthostatische hypotensie' en kan soms een bijwerking van medicijnen zijn.

## **Bloedsuikerdaling**

Duizeligheid kan ook komen door een laag bloedsuikergehalte of vergiftigingen (bijvoorbeeld door alcohol of medicijngebruik).

## **Angst**

Angst en depressie kunnen ook zorgen voor duizeligheidsklachten. Meestal is het dan een licht, zweverig gevoel en geen draaiduizeligheid. Dit kan ook samenhangen met hyperventilatie, waarbij eigenlijk te snel, te oppervlakkig of juist te diep geademd wordt (zuchten).

Al deze oorzaken van duizeligheid zijn niet in alle leeftijden even belangrijk. Op oudere leeftijd zal bijvoorbeeld vaker sprake zijn van een bloeddrukprobleem, functieverlies van het evenwichtsorgaan of BPPD dan op jongere leeftijd.

## Onderzoek

Het belangrijkste deel van het onderzoek is uw eigen verhaal. Door naar uw verhaal te luisteren kunnen we al bedenken wat de oorzaak is van de duizeligheid en welk onderzoek we eventueel moeten doen.

### **In uw verhaal wordt gelet op de volgende punten**

- Om wat voor duizeligheid gaat het? Draait de omgeving? Heeft u het gevoel om te vallen? Voelt u zich licht in het hoofd?
- Wat is het verloop in de tijd? Ontstonden de klachten geleidelijk of acuut? Hoe lang duurden de klachten? Is de duizeligheid continu aanwezig?
- Zijn er situaties waardoor de klachten optreden of verergeren? Worden de klachten bijvoorbeeld uitgelokt door hoofdbewegingen? Doen ze zich voor bij omdraaien in bed, bij rechtop gaan staan, tijdens lopen of in drukke winkels?
- Zijn er andere verschijnselen, zoals verminderd gehoor, oorsuizen, hoofdpijn, misselijkheid, braken, hartkloppingen, transpireren, moeite met praten, dubbelzien, benauwdheid en angst?

Er wordt natuurlijk ook gevraagd naar uw algemene gezondheid en medicijngebruik. Het lukt niet altijd om bij het eerste bezoek aan de KNO-arts alles te bespreken. Er is soms een tweede bezoek of onderzoek nodig. Het algemene onderzoek, dat misschien al door de huisarts is gedaan, kan zijn: een inspectie van de oren, beoordeling van oogbewegingen, houding en evenwicht, meting van hartslag en bloeddruk, en bloedonderzoek.

Er kan daarna nog een hoortest en extra onderzoek van het evenwichtsorgaan worden gedaan. Soms is er een (CT-scan of MRI-scan) nodig.

Aan de hand van uw verhaal en de resultaten van het extra onderzoek lukt het meestal stap voor stap de oorzaak van de duizeligheid op te sporen.

## Behandeling

De behandeling hangt af van de diagnose die gesteld wordt. Soms is er geen behandeling nodig of mogelijk.

De volgende behandelingen zijn mogelijk:

### **Medicijnen**

Bij een aanval van draaiduizeligheid kunnen de duizeligheidsklachten en misselijkheid worden tegengegaan met medicijnen. Bij sommige aandoeningen (zoals de Ziekte van Ménière en vestibulaire migraine) is medicatie zinvol die u steeds moet innemen (preventief), met als doel nieuwe aanvallen te voorkomen. Of onderhoudsmedicatie gegeven moet worden hangt vooral af van hoe vaak er duizeligheidsaanvallen zijn.

### **Repositiemanoeuvres**

BPPD kan goed worden behandeld. De losliggende 'steentjes' worden teruggebracht op de plek in het evenwichtsorgaan waar ze vandaan komen. Zeker bij ouderen is behandeling van BPPD belangrijk, omdat het de kans op vallen vermindert.

### **Fysiotherapie**

Bij balans- en evenwichtsklachtenklachten die komen door de beschadiging van het evenwichtsorgaan kan fysiotherapie zorgen voor herstel van het evenwichtsgevoel.

### **Ademhalingsoefeningen**

Wanneer er sprake lijkt van hyperventilatie, kan het aanleren van een goede ademtechniek helpen. Dit kan bijvoorbeeld bij een fysiotherapeut, maar ook met logopedie.

### **Chirurgie**

In zeldzame gevallen kan bijvoorbeeld bij de Ziekte van Ménière een operatie nuttig zijn.

## Slotwoord

Het is niet mogelijk om in deze voorlichtingsfolder alle details van duizeligheid te beschrijven.

Het kan zijn, dat u ondanks de uitleg van uw KNO-arts nog vragen heeft of dat u meer informatie wilt. Aarzel dan niet contact op te nemen met uw KNO-arts en om extra uitleg te vragen.



**Let op:** In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

**Please note:** This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

**Dikkat:** Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

**Uwaga:** Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

**انتبه:** هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.