

DR. BÉLA BÜKI, DR. HEINZ JÜNGER,
WOLFGANG BAUER
Schwindel und Gleichgewichtsstörungen
endlich loswerden



GOLDMANN

Lesen erleben

Buch

Etwa 40% der Deutschen leiden zumindest partiell unter Schwindelattacken. Doch was steckt dahinter, wenn sich um einen herum alles dreht? Die Bandbreite möglicher Ursachen ist groß, weshalb der umfassenden Diagnose eine besondere Bedeutung zukommt. Die gute Nachricht: Dank moderner Verfahren kann man heute die Schwindelanfälle gut abklären und in den meisten Fällen auch erfolgreich behandeln. Dieses Buch erklärt leicht verständlich die Funktionsweise unseres Gleichgewichtssystems und informiert über die Entstehung der Beschwerden sowie verschiedene Therapiemöglichkeiten. Zudem zeigen die Autoren, was Betroffene selbst aktiv gegen die Erkrankung tun können.

Autoren

Priv. Doz. Dr. med. Béla Büki ist Oberarzt der HNO-Abteilung am Landeskrankenhaus Krems und leitet dort die Ambulanz für Hör- und Gleichgewichtsstörungen. Er hat zudem eine Praxis in Amstetten.

Prim. Assoc.-Prof. Dr. med. Heinz Jünger leitet die HNO-Abteilung im Landeskrankenhaus Krems.

Mag. Wolfgang Bauer ist Redakteur bei Radio Salzburg (ORF) und gestaltet unter anderem Beiträge und Sendungen im Bereich Gesundheit.

Dr. Béla Büki, Dr. Heinz Jünger
Wolfgang Bauer

Schwindel und Gleichgewichts- störungen endlich loswerden

Ursachen verstehen und
Beschwerden erfolgreich behandeln

GOLDMANN

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden von den Autoren und vom Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung der Autoren beziehungsweise des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Wir haben uns bemüht, alle Rechteinhaber ausfindig zu machen, verlagsüblich zu nennen und zu honorieren. Sollte uns dies im Einzelfall aufgrund der schlechten Quellenlage bedauerlicherweise einmal nicht möglich gewesen sein, werden wir begründete Ansprüche selbstverständlich erfüllen.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

Dieses Buch ist bereits 2019 unter dem Titel
»Schwindel & Gleichgewichtsstörungen: Ursachen – Diagnose – Therapie«
im Verlagshaus der Ärzte erschienen.

1. Auflage

Vollständige Taschenbuchausgabe September 2021
Copyright © 2019 der Originalausgabe: Verlagshaus der Ärzte GmbH, Wien
Copyright © 2021 dieser Ausgabe: Wilhelm Goldmann Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München
Abbildungen Innenteil: Zoltán Bodor
Umschlag: Uno Werbeagentur, München
Umschlagmotiv: FinePic®, München
Satz: Satzwerk Huber, Germering
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany
EB · IH
ISBN 978-3-442-17906-0

Besuchen Sie den Goldmann Verlag im Netz



Inhalt

Einleitung	11
Test: Häufige Symptome – mögliche Ursachen	15
Drehschwindel ohne Hörminderung	15
Schwindel und Übelkeit mit Hörverminderung	17
Unsicherheit ohne Hörverminderung	18
Unsicherheit mit einseitiger Hörverminderung	19
Schwarzwerden vor den Augen	19
Schwindel mit eindeutigen Ursachen	19
Physiologische Grundlagen:	
So funktioniert unser Gleichgewichtssystem	21
Drei Systeme für das Gleichgewicht	23
Die Messgeräte im Kopf	24
Haarzellen	26
Aktivität in Ruhe	30
Veränderungen der Ruheaktivität	33
So entsteht Schwindel	36
Sensoren für das Gleichgewicht	36
Zentrale Datenverarbeitung	37

Untersuchungsmethoden: So wird Schwindel diagnostiziert	39
Anamnese – Patienten schildern ihre Beschwerden	40
Was verraten die Ohren?	42
Was verraten die Augen?	48
Neurologische Untersuchung	54
Radiologische Untersuchungen	55
 Reisekrankheiten oder Kinetosen	59
Beschwerden	59
Ursachen	60
Kinetose und Migräne	61
Was gegen Reisekrankheit hilft	62
»Space motion sickness«	63
Mal-de-Débarquement-Syndrom – die sogenannte Landkrankheit	65
 Schwindel bei Erkrankung des Felsenbeins	67
Akute Mittelohrentzündung	67
Chronische Mittelohrentzündung – Cholesteatom	69
Gürtelrose	73
Verletzungen des Schädels und der Halswirbelsäule ..	75
Bogengangsdehiszenz-Syndrom	78
Perilymphfistel	83

Störungen in den Gleichgewichtsorganen	87
Der gutartige Lagerungsschwindel	87
Morbus Menière	96
Neuronitis vestibularis	105
 Schwindel bei Erkrankungen des zentralen Nervensystems	111
Durchblutungsstörungen	111
Multiple Sklerose	115
Parkinson-Krankheit	115
Arnold-Chiari-Syndrom	116
Normaldruckhydrozephalus	116
 Schwindel bei Migräne	119
Entstehung, Verlauf	121
Schwindel und Migräne	122
Benigner paroxysmaler Schwindel im Kindesalter	123
Benigner wiederkehrender Drehschwindel	124
Basilaris-Migräne	126
Schwindel und Migräne – Differenzialdiagnose	127
Therapie	130

Tumor des Gleichgewichtsnervs	133
Ursache	134
Symptome	135
Diagnostik	137
Therapie	138
 Beidseitige Unterfunktion des Gleichgewichtsorgans (chronisch-vestibuläre Insuffizienz)	141
Symptome	141
Ursache	143
Diagnostik	144
Therapie	145
 Phobischer Schwindel	149
Beschwerden	150
Diagnose	151
Therapie	152
 Zu guter Letzt	153
Internistische Ursachen des Schwindels	153
Der sogenannte zervikale Schwindel	154
Schwindel im Alter	157
Begleiterscheinungen von Schwindel und mögliche Folgen	158
Schwindel und Tinnitus	160
Schwindel und Fahrtauglichkeit	162

Glossar zu den physiologischen Grundlagen und Untersuchungsmethoden	163
Register	167

Einleitung

Mit diesem Buch möchten wir Ihnen helfen, Ihren Schwindel loszuwerden. Das kann gelingen, weil Sie durch die Lektüre Ihren Schwindel bzw. die Entstehung der Beschwerden besser verstehen. Dann sind nämlich das Schwindelgefühl und die Begleiterscheinungen wie Übelkeit und Benommenheit nicht mehr so geheimnisvoll und Angst erregend. Andererseits möchten wir Sie ermutigen, den Schwindel nicht einfach zu erdulden und über sich ergehen zu lassen – besonders wenn Sie öfters oder gar regelmäßig darunter leiden. In diesem Fall sollten Sie unbedingt Ihren Arzt aufsuchen. Denn dank moderner Verfahren und Methoden – von denen Sie sich in dem Buch ein Bild machen können – kann die Medizin die Schwindelanfälle gut abklären und erfolgreich behandeln. Es zahlt sich also aus, immer wiederkehrendem Schwindel auf den Grund zu gehen!

Jeder von uns kennt das Gefühl des Schwindels und hat schon einmal erlebt, wenn sich alles dreht und der Boden unter den Füßen schwankt, wenn man kaum drei Schritte zu gehen wagt, weil man sich fürchtet hinzufallen. Man fühlt sich wie benommen, sieht die Umgebung wie durch einen Nebelschleier, manchmal wird einem schwarz vor den Augen. Diese Beschwerden können sich einstellen, weil zum Beispiel der Blutdruck im Keller oder das Fieber zu hoch ist, weil man seekrank ist oder zu viel Alkohol getrunken hat. Ein ziemlich unangenehmer Zustand, denn selbst wenn man sich hinsetzt oder hinlegt, verschwindet

das Schwindelgefühl nicht oder wird sogar noch stärker empfunden. Wenn sich dann noch Kopfschmerzen und Übelkeit als zusätzliche Symptome dazugesellen, dann fühlt man sich massiv beeinträchtigt, ja krank. Wenn allerdings der Blutdruck wieder normale Werte aufweist oder das Fieber gewichen ist, wenn die seekranke Person von Bord des Schiffes oder der Alkohol aus dem Körper ausgeschieden ist, dann ist im Allgemeinen auch das Schwindelgefühl wieder weg. Weil die Ursache des Schwindels beseitigt ist.

So einfach lässt sich aber nicht jeder Schwindel vertreiben. Schwindel ist nämlich nicht nur ein Begleitsymptom einer Krankheit – beispielsweise der genannten Seekrankheit oder einer Migräneattacke –, sondern er kann auch auftreten, weil im Gleichgewichtsorgan, das sich im Innenohr befindet, etwas nicht stimmt. Oder weil in dem ausgeklügelten Gleichgewichtssystem, zu dem neben den Innenohren auch Teile des Gehirns, die Augen und kleine Sinneszellen am Körper gehören, etwas durcheinandergeraten ist.

Schwindel zählt zu den am häufigsten genannten Beschwerden in einer Arztpraxis. Doch ausgerechnet in der Arztordination hat man meistens nicht jenes Schwindelgefühl, das ansonsten so große Unsicherheit und Angst bereitet. Der Schwindel liegt vielleicht bereits Stunden oder Tage zurück, wenn Betroffene den Arzt aufsuchen. In diesem Fall kann man dem Arzt nur schildern, wie es einem geht, wenn man morgens beim Aufstehen das Gefühl hat, auf eine Seite zu kippen, oder wenn während des Tages aus heiterem Himmel der Boden unter den Füßen zu schwanken beginnt. Darum bieten wir ab Seite 15 einen Symptomkatalog, mit dessen Hilfe Sie Ihre Beschwerden besser

einschätzen können. Ob die in diesem Abschnitt angegebenen Krankheiten tatsächlich dahinterstecken, kann und soll nur Ihr Arzt entscheiden. Für ihn ist es gewiss hilfreich, wenn Sie ihm die Symptome so genau wie möglich schildern können, dann führen ihn diese Informationen schnell zu einer Diagnose und vor allem zu einer hilfreichen Behandlung.

Übrigens hat das Wort »schwindeln« im deutschen Sprachgebrauch zwei Bedeutungen: Zum einen meint es das medizinische Phänomen »Schwindelgefühle haben« – das Thema unseres Buches. Zum anderen wird es auch im Sinne von »betrügen« verwendet. Denken Sie an das Schwindeln beim Kartenspielen. Hier haben sich alt- und mittelhochdeutsche sowie englische Bedeutungen in einem Wort vermischt. Uns ist in diesem Zusammenhang wichtig, darauf hinzuweisen, dass Sie sich nicht selbst »anschwindeln«, indem Sie häufig auftretende Schwindelgefühle bagatellisieren und wegstecken – nach dem Motto:

»Es gibt Schlimmeres!«, oder: »Damit muss man halt leben!« Schwindel kann erfolgreich behandelt werden. Sie können enorm viel Lebensqualität zurückgewinnen, wenn Sie wieder schwindelfrei sind!

Test: Häufige Symptome – mögliche Ursachen

Wenn sich alles dreht oder der Boden unter den Füßen schwankt, dann kann eine ganze Reihe verschiedener Krankheiten dahinterstecken. Häufig kann man diese erst unter Berücksichtigung der Nebenerscheinungen diagnostizieren, je nachdem, ob der Schwindel mit Übelkeit oder einer Beeinträchtigung des Gehörs einhergeht oder alleine auftritt.

Die nun folgende Auflistung der häufigsten Beschwerden gibt erste Hinweise, welche Krankheit Ihren Schwindel auslösen könnte. Auf den angegebenen Seiten finden Sie ausführliche Informationen zu den Beschwerden, ihren Ursachen und zu den Behandlungsmöglichkeiten dieser Erkrankung.

Drehschwindel ohne Hörverminderung

- Zehn bis zwanzig Sekunden lang anhaltender Drehschwindel mit Übelkeit, mehrmals täglich, ausgelöst durch Lagewechsel (z.B. nach vorne bücken oder nach oben schauen, beim Hinlegen, Aufsitzen oder Umdrehen im Bett). Der Schwindel ist am Anfang, für eine Stunde oder ein bis zwei Tage, sehr stark und wird durch die kleinsten Kopfbewegungen provoziert. In

völliger Ruhe tritt jedoch kein Schwindel auf. Die Beschwerden sind in der Früh am schlimmsten, der Patient kann nur langsam und schrittweise aufstehen, tagsüber werden die Beschwerden leichter. Gelegentlich kann der Patient monatelang nicht auf einer Seite liegen.

→ Gutartiger Lagerungsschwindel – siehe Seite 87.

- Starker, plötzlicher, einmaliger Drehschwindel mit Erbrechen, die Beschwerden beginnen plötzlich und dauern tagelang an. Die Welt dreht sich, auch wenn der Kopf völlig unbeweglich ist. Jede Kopfbewegung verstärkt die Beschwerden. Es zieht den Patienten stark auf eine Seite, er kann aber ohne Hilfe stehen.

→ Einseitiger Ausfall der Gleichgewichtsfunktion (Neuritis vestibularis) – siehe Seite 105.

→ Selten (z.B. bei älteren Patienten) kann sich hinter diesen Beschwerden auch der gefährliche Kleinhirnininfarkt verbergen. In diesem Fall können die Patienten oft ohne Hilfe nicht stehen oder sitzen (Schlaganfall im Bereich des Kleinhirns) – siehe Seite 111.

- Starker, einmaliger Drehschwindel mit Erbrechen, die Arm- und Beinbewegungen des Patienten sind ungeschickt, ohne Hilfe kann er nicht stehen. Er kann stürzen, allerdings ohne Bewusstseinsverlust. Heiserkeit und Doppelbilder können ebenfalls vorkommen. Nach den akuten Beschwerden treten ständig Unsicherheit, unsicherer Gang auf.

→ Schlaganfall im hinteren und unteren Bereich des Gehirns (Kleinhirnininfarkt, Hirnstamminfarkt) – siehe Seite 111, 113.

- Drehschwindel mit Kopfschmerzen (gelegentlich ohne Kopfschmerzen), die ein oder zwei Tage lang anhalten, die Patienten sind lichtscheu und reagieren überempfindlich gegenüber schnellen Kopfbewegungen, leiden unter Übelkeit (Erbrechen). Gelegentlich können die Beschwerden nur für einige Sekunden, Minuten oder Stunden andauern, durch Flimmern im Gesichtsfeld oder Kribbeln am Gesicht begleitet werden.
→ Migräneschwindel – siehe Seite 122.

Schwindel und Übelkeit mit Hörverminderung

- Drehschwindel, der ein bis zwei Stunden lang andauert, dazu einseitig Ohrensausen und Hörverminderung während des Anfalls. Es können wöchentlich mehrere kurze oder längere Anfälle auftreten, manche dauern einige Minuten, andere maximal zwei Stunden.

Gelegentlich kommt es zu Stürzen, wenn der Patient plötzlich die Muskelkraft verliert und bei vollem Bewusstsein zu Boden geschleudert wird. Die Patienten können bereits vor dem Anfall einen Druck im betroffenen Ohr verspüren, und der heftige Schwindelanfall wird durch starkes, einseitiges Ohrensausen eingeleitet.

→ Menière'sche Krankheit – siehe Seite 96.

Kurze, sekunden- oder minutenlang dauernde Drehschwindelanfälle mit Sehstörungen (z.B. Doppelbilder), gelegentlich Sturzanfälle ohne Verlust des Bewusstseins, oft Hörverminderung, Ohrensausen.

→ Durchblutungsstörung des Hirnstammes – siehe Seite 111.