

# Wenn sich alles dreht

Ein leichtes Schwindelgefühl hatte sicherlich jeder schon. Doch was passiert, wenn der **Schwindel** nicht mehr weggeht?

Wichtig sei vor allem, die Ursache herauszufinden, meint der Hals-, Nasen-, Ohrenarzt Dr. Jean Bausch.

Text: Heike Bucher (heike.bucher@revue.lu) / Fotos: Praxis Dr. Bausch



Schwindel hat mit dem Gleichgewichtssinn zu tun. Um zu wissen, woher er kommt, wird der Tastsinn der Füße genauso gemessen wie ...

Ganz allmählich ging es los: Zunächst war Maria R. morgens nach dem Aufstehen etwas schwummerig, und sie dachte, zu schnell aus dem Bett hochgeschossen zu sein. Dann wurde das Schwindelgefühl immer schlimmer, und irgendwann musste sie sich beim Aufstehen am Bett festhalten, um nicht hinzufallen. Zuletzt wurde ihr sogar schon im Liegen schwindelig, vor allem immer dann, wenn sie die Position im Bett änderte.

Gutartiger Lagerungsschwindel lautete die Diagnose, nachdem sie drei Monate später zum Arzt ging. Es ist die Art von Schwindel, die am häufigsten auftritt, bei etwa 20 Prozent der Betroffenen. Der Lagerungsschwindel ist in der Regel einfach zu behandeln, ein paar Besuche beim Physiotherapeuten und regelmäßige Gymnastik zu Hause reichen meist schon. Doch leider wird er oft übersehen. Denn die Schwindelattacken treten bei oder nach Bewegung auf, deshalb kann auch die Diagnose nicht erfolgen, während der Patient ruhig auf dem Stuhl sitzt.

Maria R. hatte Glück. Weil sie schon seit ein paar Jahren Patientin in der Praxis des Hals-, Nasen-, Ohrenarztes Dr. Jean Bausch in Eich war, suchte sie ihn auch wegen ihrer Schwindelprobleme auf. Und da er mittlerweile eine Koryphäe in Bezug auf die Behandlung von Schwindel ist, konnte er auch gleich die richtige Diagnose stellen. „Als sie kam, haben wir uns erst einmal ausführlich angehört, was sie in Bezug auf ihren Schwindel erlebt hatte, danach haben wir sie in verschiedenen Positionen gelagert“, erzählt er. „Als wir sie von einer Kopfhängelage nach oben bewegt haben, machten beide Augen eine ganz anormale Bewegung: Sie drifteten langsam weg, bevor sie sich dann wieder stabilisiert haben. Das war ein eindeutiges Zeichen: Das Hirn meinte, dass der Kopf woanders war, als er sich eigentlich befand.“

Schwindel ist ein seltsames Gefühl, jeder, der ihn schon einmal erlebt hat, kennt das. Man meint zu schwanken oder sich im Kreis zu drehen. Die Welt um einen herum löst sich auf und wird zu einer diffusen Umgebung, man kann sich kaum noch auf den Beinen halten, und im schlimmsten Fall ist einem kotzübel. Jeder dritte Mensch unter 60 Jahren leide irgendwann im Leben einmal unter Schwindel, sagt Jean Bausch. Ab 75 sei es sogar jeder Zweite. Dabei ist der Schwindel selbst keine Krankheit oder Störung, sondern lediglich ein Symptom. Er sagt einem, dass irgendetwas nicht in Ordnung ist im Gleichgewichtssinn. Ursachen ▶



... die Körperstabilität...

**Schwindel selbst ist keine Krankheit oder Störung, sondern lediglich ein Symptom.**



... und die Schnelligkeit der Augen.



Mit dem EquiTest/R werden unterschiedliche Bereiche des Gleichgewichtssinns unabhängig voneinander trainiert.



„Es gibt viele unterschiedliche Ursachen für Schwindel.“

Dr. Jean Bausch, Hals-, Nasen-, Ohrenarzt

kann es zahlreiche geben: Infekte, Entzündungen, Durchblutungsstörungen, kleine Unfälle, Tumore, seelische Belastung und vieles mehr.

Der menschliche Gleichgewichtssinn ist ein komplexes Zusammenspiel dreier Systeme: dem vestibulären System, also dem Gleichgewichtsorgan, das so groß wie eine Kaffeebohne im hinteren Innenohr sitzt, und seinen dazugehörigen Nerven, dem System der Körperwahrnehmung, also dem Tast- und Tiefensinn der Haut, den Muskeln, Gelenken und Sehnen, und drittens unserem visuellen System, also den Augen und ihren Nervenbahnen. Die Informationen aller drei Systeme werden in Hirnstamm und Gehirn so verarbeitet, dass wir uns problemlos im Alltag bewegen können. Kommt es zu einer Störung in nur einem der drei Systeme, reagiert das Gehirn mit Schwindel.

Es gibt ein einfaches Beispiel: Stellen Sie sich vor, Sie sitzen am Bahnhof in einem wartenden Zug. Gleich nebenan steht ein anderer Zug, der jetzt langsam an Fahrt aufnimmt. Ihre Augen melden, dass Ihr Zug in Bewegung ist, weil es genauso aussieht. Doch weder Haut, Muskeln, Gelenke noch das Gleichgewichtsorgan spüren eine Bewegung, sie melden, dass sich Ihr Zug noch immer im Stehen befindet. Was er ja auch tut. Die widersprüchlichen Meldungen verarbeitet

das Hirn, indem es einen leichten Schwindel erzeugt. Fixiert man mit den Augen einen anderen Punkt, hört der Schwindel wieder auf, weil auch das visuelle System erkennt, dass der eigene Zug sich gar nicht bewegt.

Um einen Schwindel richtig behandeln zu können, müssen Ärzte herausfinden, was ihn verursacht. „Es gibt viele unterschiedliche Ursachen für Schwindel, wir stehen davor wie vor einem Berg“, erklärt Dr. Bausch. „Ohne Technologie und dem, was die Leute uns erzählen, könnten wir dem Problem auch nicht auf die Spur kommen.“ Wer mit einem Schwindel in seine Praxis kommt, muss also erst einmal erzählen. Über seine Beschwerden, das erste Auftauchen des Schwindels, die Situationen, in denen er vorkommt und die Art, wie er sich anfühlt. Diese Informationen geben dem Arzt Aufschluss darüber, in welchem der drei Systeme das Problem sitzen könnte.

Danach geht es an die Untersuchungen. Die werden individuell zusammengestellt, je nachdem, was die Vorgespräche ergeben haben. „Wir machen kein Standardprogramm bei jedem, das hängt immer von den Beschwerden und dem Eindruck ab, dann suchen wir.“ Etliche Maschinen stehen Dr. Bausch und seinem Team zur Verfügung, im Laufe der letzten zehn Jahre hat er sie angeschafft und miteinander verbunden und

Julian Grohe, MTA in Dr. Bauschs Praxis, beim Messen der Augenreflexe.



ist damit zum Vorreiter in Bezug auf die Behandlung von Schwindel geworden. Mit Hilfe der Technologie kann er beispielsweise untersuchen, ob die Reflexe der Augen noch funktionieren, der Tastsinn der Füße noch richtig arbeitet und welcher andere Teil des Gleichgewichtssinns Störungen aufweist.

Doch seine Geräte dienen nicht nur der Diagnose, mit ihnen kann später dann auch ein Teil der Therapie erfolgen, indem bestimmte Bereiche des Gleichgewichtssinns gezielt trainiert werden. Ein Teil der Schwindel wird mit Medikamenten behandelt, für den anderen werden Physiotherapie und die

Arbeit an Geräten wie beispielsweise dem EquiTest/R verwendet. In der zu einer Seite offenen Kabine können die unterschiedlichen Teile des Gleichgewichtssinns unabhängig voneinander trainiert werden. Mit seiner Hilfe kann das Gehirn wieder lernen, korrekt zu arbeiten, selbst wenn ein Teil des Systems dauerhaft geschädigt sein sollte.

Auf nahezu 100 Prozent schätzt der Arzt seine Treffsicherheit bei den Diagnosen ein, für etwa 90 Prozent seiner Patienten verläuft die Therapie erfolgreich. Bestimmte Schädigungen im Kleinhirn oder Tumore kann er selbst nicht behandeln, einige Störungen sind bislang nicht zu therapieren. Die Untersuchungen von Maria R. ergaben neben dem Lagerungsschwindel auch noch eine irreparable Schädigung ihres Gleichgewichtsorgans im linken Innenohr. Diese hatte zwar den Schwindel nicht verursacht, könnte aber irgendwann dazu führen. Deshalb kommt sie noch immer zu den Übungen in die Praxis. Damit ihre Systeme wieder im Gleichgewicht sind.

# GEWINNSPIEL

Diese schmackhaften Detox-Drinks tun uns allen gut und schaffen Abhilfe. Ob man im tiefen Winter sein Immunsystem stärken, einige Kilos abnehmen, nach übermäßigem Essen zu einer reibungslosen Verdauung zurückfinden oder seiner Haut neuen Glanz verleihen möchte, es gibt genug Gründe für eine Detox-Kur. 70 bunte Rezepte für mehr Wohlbefinden, wie u.a.: Drinks von frischen Säften aus Granatapfel oder Zitrone, Suppen, Smoothies aus Feldsalat etc. warten darauf entdeckt zu werden.

**Stéphanie de Turckheim: „DETOX“ | 70 Rezepte | 1025 | ca. 14,95 € | Verlag: Lemning Verlag**

**Schicken Sie so oft Sie möchten bis zum 24.10.2017 per SMS (1 € pro SMS + Gebühr) an die Nr. 64647 den Text: DETOX + Name + vollständige Adresse. Die Bücher werden den Gewinnern zugestellt.**

Teilnahmebedingungen unter [www.revue.tv/partnahmebedingungen](http://www.revue.tv/partnahmebedingungen), oder einfach den QR-Code scannen.