

Schwindel – ein verwirrendes Leiden?

Schwindel gehört zu den häufigsten Beschwerden in der Arztpraxis. Meist ist er harmlos, er kann aber auch Zeichen einer ernsthaften Erkrankung sein. Es gibt kurze und flüchtige Schwindelsymptome, die sich aber manchmal hartnäckig wiederholen und den Alltag stören. Bei anderen ist der Schwindel ein fast ständiger Begleiter. Schon die Definition ist schwierig: Oder erklären Sie einmal ganz genau, was Sie unter Schwindel verstehen.

Das liegt daran, dass der Schwindel eben genau das Gefühl von Unschärfe und Verschwommenheit ist, das entsteht, wenn das Gehirn widersprüchliche Signale über die Lage unseres Körpers im umgebenden Raum, unsere eigene Bewegung und die Bewegung von Gegenständen, Personen und Tieren um uns herum erhält. Oder aber auch, wenn die Informationen, die übermittelt werden, im Gehirn nicht richtig verarbeitet werden und das Resultat eine Gleichung ist, die nicht aufgeht.

Widersprüche machen orientierungslos

Das Hirn ist dazu da, dass wir uns auskennen, es mag es gar nicht, wenn wir über so lebenswichtige Dinge nicht richtig orientiert sind. Es ist beim Schwindel in der gleichen Lage, in der Sie sind, wenn zwei Menschen, denen Sie bedingungslos vertrauen, Ihnen widersprüchliches berichten und Sie wissen, einer muss lügen.

Ab einem bestimmten Schweregrad reagiert das Gehirn dann unweigerlich mit einer „psychovegetativen“ Begleitsymptomatik, z.B. Unwohlsein, Übelkeit, Angst, nicht unterdrückbares Erbrechen, u.s.w.. Andere Menschen leiden an Gleichgewichtsstörungen, haben Mühe, auf unebenem Boden oder im Dunkeln sicher zu laufen oder auch Schwierigkeiten mit der Feinmotorik der Hände und der Handschrift. Oft ist dabei kein Schwindel vorhanden, aufgrund der Unschärfe der Sprache werden aber auch diese Symptome häufig so bezeichnet.

Verschiedene Ursachen, gleiches Symptom

Das Symptom Schwindel entsteht aus unterschiedlichsten Ursachen, eine Behandlung, die unabhängig von der Ursache funktioniert, gibt es nicht. Den häufigen Lagerungsschwindel, der durch Kristalle im Innenohr verursacht wird, behandelt man sehr effektiv mit bestimmten Lagerungsmanövern. Entzündungen der Gleichgewichtsnerven werden mit Medikamenten behandelt, aber leider nicht mit den gleichen wie die durch eine Membranstörung im Innenohr hervorgerufene Meniere-Erkrankung. Und Durchblutungsstörungen oder Entzündungen des Gehirns verlangen ebenfalls nach einer gezielten Therapie – ohne klare Diagnose kann eine Therapie nur ausnahmsweise und zufällig erfolgreich sein.

Der Arzt wird zunächst versuchen, aufgrund der Art und Dauer der Beschwerden zu einer ersten Einschätzung zu kommen. In vielen Fällen ist dann zusammen mit speziellen klinischen Untersuchungen (Gleichgewichtstests, Bewegungskoordination, Untersuchung der Augenbewegungen unter Spezialbrille, Lagerungstests) bereits eine Diagnosestellung möglich und eine Therapie kann eingeleitet werden.

Gezielte Spezialuntersuchungen

In schwierigen Fällen können weitere Spezialuntersuchungen (genaue quantitative Erfassung von Augenbewegungen bei bestimmten Paradigmen mit Elektro- oder Videonystagmographie; Temperaturstimulation im Gehörgang; Untersuchung der Blutzufuhr zum Gehirn; Untersuchung der Reizleitung in peripheren Nerven und im Rückenmark; Untersuchung von Hirnstammreflexen; Untersuchung von akustisch und/oder visuell ausgelösten Hirnrindspotentialen; MRI – Aufnahmen des Gehirns; CT- Aufnahmen der Felsenbeinregion u.a.) nötig sein. Solche Unter-

suchungen müssen gezielt durchgeführt werden, bei jedem alles zu machen, führt nicht nur zu unverhältnismäßig hohen Kosten, sondern am Ende auch zu Schwindelgefühlen beim behandelnden Arzt, der verliert dabei nämlich den Überblick und irgend eine kleine Auffälligkeit findet sich auch beim Gesündesten, wenn man nur eine genügend grosse Anzahl von Tests macht.

10 Tipps

- Häufig wiederkehrende, meist kurze und durch Bewegungen ausgelöste Drehschwindelattacken werden meist durch kleine Kristalle im Innenohr ausgelöst – ungefährlich, gezielte Lagerungsmanöver helfen.
- Diffuse, wiederkehrende Schwindelattacken von Minuten bis Stunden sind häufig Folge einer Migräne. Typische Migränesymptome wie Kopfschmerz und Lichtempfindlichkeit können fehlen, dann ist die Diagnose schwierig.
- Erstmals auftretender, heftiger Kopfschmerz verbunden mit Schwindel kann Folge einer Hirnblutung oder anderen Hirnerkrankung sein, rasch abklären.
- Neu aufgetretener Schwindel verbunden mit Sprachstörung und/oder Gefühlstörungen/ Lähmungserscheinungen ist verdächtig auf einen Schlaganfall – unverzüglich 144 rufen, kurzes Zeitfenster von wenigen Stunden für Therapie.
- Liste aller Medikamente zur Untersuchung mitbringen.
- Schwindel verbunden mit zitternden Händen – wenn kurz, v.a. Unterzuckerung, wenn anhaltend, v.a. Kleinhirnerkrankung.
- Schwindel führt zu Angst, und Angst führt zu (oder verstärkt) Schwindel. Atmen Sie ruhig und gleichmässig, geraten Sie nicht in Panik.
- Symptome, die immer wieder kommen und auch wieder verschwinden, sind meist nicht gefährlich, auch wenn die Ursache bisher nicht eindeutig gefunden werden konnte.
- Das Gehirn ist Weltmeister in der Anpassung an sich verändernde Umstände. Falsch geeichte Messinstrumente werden neu kalibriert, wenn man dem Hirn nur die Gelegenheit dazu gibt (mit geeignetem Training, mit geschlossenen Augen im Lehnstuhl hat es keine Chance...).
- Besser ein Stock oder Rollator als ein Schenkelhalsbruch. In Bewegung bleiben, aber nichts riskieren.

Die Spezialisten:

Dr. Michael Köhler, Neurologe, Schaan

Dr. Damir Marincic, Hals-Nasen-Ohrenarzt, St. Gallen