

# Zicht op evenwicht

Aanvallen van (draai)duizeligheid, misselijk en onzeker op je benen staan; allemaal klachten die te maken kunnen hebben met een probleem in het evenwichtssysteem. Eén op de vijf mensen krijgt hier ooit mee te maken.

## (Draai)duizeligheid

Mensen met een evenwichts-aandoening gebruiken meestal het woord 'duizeligheid' om hun klachten te beschrijven. Hoormij·NVVS besteedt aandacht aan aandoeningen van het evenwichtsorgaan en/of de bijbehorende zenuw- en hersengebieden. Is er sprake van evenwichtsproblemen of duizeligheid na hersenletsel (zoals na een beroerte, hersenbloeding of door letsel) neem dan contact op met Hersenz. Duizeligheid is verder te onderscheiden in:

- draaiduizeligheid of vertigo, een gevoel dat je zelf of de wereld in de rondte draait
  - onbalans of bewegingsonzekerheid, een wiebelige sensatie bij beweging
  - een licht gevoel in het hoofd of een constant gevoel dat je zelf beweegt
- Sommige mensen hebben een combinatie van deze vormen.

## Nieuwe diagnoses

De laatste tien jaar heeft de medische wereld steeds meer aandacht voor evenwichts-aandoeningen. Er is ook internationale erkenning van nieuwe diagnoses. De diagnose 'Ziekte van Ménière' was lange tijd een 'vergaarbak' voor onverklaarde klachten van draaiduizeligheidsaanvallen al dan niet met slechthorendheid en oorsuizen. Het aantal 'echte' Ménière patiënten neemt af, omdat een deel van de mensen met deze klachten nu een andere diagnose krijgt. Belangrijk is ook het inzicht dat evenwichtsstoornissen niet alleen ontstaan door een aandoening van een of beide evenwichtsorganen, maar ook het gevolg kunnen zijn van een probleem van de evenwichtszenuw of van stoornissen in de hersenen.

## Complex orgaan

Het evenwichtsorgaan is een complex en fragiel orgaan in het binnenoor achter het rotsbeen. Het vormt een anatomische eenheid met het gehoororgaan. Het zintuigencomplex verzamelt informatie over beweging en balans. De signalen van het evenwichtsorgaan, de ogen en het diepe gevoel in spieren en pezen, worden verwerkt in de hersenstam en de kleine hersenen. Van daaruit gaan prikkels naar de spieren van het lichaam, zodat je je houding en evenwicht kunt aanpassen en bewaren. Er gaan ook signalen met informatie naar de grote hersenen waar zich het bewustzijn bevindt.

## Diagnoses

De ziektebeelden die gepaard gaan met vertigo en/of bewegingsonzekerheid:

### Plotselinge duizeligheid

*Acute Vestibulaire Syndromen*

Hierbij is sprake van continue draaiduizeligheid en onbalans, die dagen kunnen aanhouden en geleidelijk afnemen. De klachten ontstaan plotseling. Meestal is er sprake van een éénmalige oorzaak, zoals een infectie, een ongeval of een bloeding. Het herstel kan met ups en downs verlopen.

De belangrijkste oorzaken:

- Acute uitval van een evenwichtsorgaan
- Neuritis Vestibularis
- Labyrinthitis
- Traumatische Vestibulopathie (letsel aan een evenwichtsorgaan)
- Ziekten waarbij het evenwichtsorgaan betrokken is
- Andere oorzaken, zoals hersenletsel

### Terugkerende (draai)duizeligheid

*Episodische Vertigo*

Draaiduizeligheid met onbalans die seconden tot uren kan duren, in uitzonderlijke gevallen zelfs dagen. De klachten komen met tussenpozen terug. De evenwichtsaandoeningen – in volgorde van frequentie van voorkomen – zijn:

- BPPD (benigne positieafhankelijke draaiduizeligheid)
- Vestibulaire migraine
- Ziekte van Ménière
- Recurrent vestibulopathie
- Auto-immuun binnenooraandoening
- Vestibulaire paroxysmieën
- Mal de Débarquement syndroom (MdDS)
- Perilymphatische fistel
- 'Tumarkin' aanvallen (drop attacks)
- Superior Canal Dehiscence Syndroom (SCDS)
- Brughoektumor
- Andere oorzaken, zoals hypoglycaemie of TIA's

### Uitval evenwichtsfunctie

*Chronisch Vestibulair Syndroom*

De klachten duren maanden of jaren en gaan vaak nooit over door functieverlies of blijvende uitval van het evenwichtssysteem. Kenmerken zijn onbalans bij het lopen en oscillopsie: bij bewegen deint de omgeving mee. Soms gaat dit gepaard met episodische vertigo en niet zelden met valneiging. Denk aan:

- Bilaterale vestibulopathie
- Presbyvestibulopathie
- PPPD (Persistente Posturale Perceptuele Duizeligheid)



## Nog geen diagnose?

De Commissie Duizeligheid en Evenwicht van Hoormij·NVVS adviseert mensen met evenwichtsproblemen bij wie de diagnose niet duidelijk is, om zich te laten verwijzen naar centra waar meer dan gemiddeld kennis is over evenwicht:

- Apeldoorns Duizeligheidscentrum
- MUMC+ of een ander gespecialiseerd academisch centrum
- Ziekenhuis waar, tijdens een duizeligheidsspreekuur, de samenwerkende KNO-arts en neuroloog een diagnose stellen.

Een goede diagnose bij evenwichtsproblematiek is noodzakelijk. Pas dan kan je op zoek naar gerichte behandelingen. Helaas is er niet voor alle aandoeningen een effectieve behandeling. Patiënten met evenwichtsproblemen zijn genoodzaakt aanpassingen in hun dagelijks leven te maken. Voor vrijwel iedereen geldt dat het heel belangrijk is om te blijven bewegen. Meer informatie: [duizeligheidscentra.nl](http://duizeligheidscentra.nl)

## Lotgenotencontact

Hoormij·NVVS organiseert online gespreksgroepen en webinars. Check de Agenda op [stichtinghoormij.nl](http://stichtinghoormij.nl) Ook verwijzen wij naar onafhankelijke Facebookgroepen. Neem voor meer informatie contact op met Hoormij·NVVS.

## Boek

Het boek Dizzy Me (Stadsbader, Wuyts ISBN: 9789057184017) geeft een uitgebreid overzicht van en inzicht in evenwichtsaandoeningen.

## Meer (medische) informatie en contact

Op [www.stichtinghoormij.nl](http://www.stichtinghoormij.nl) vind je informatie over diverse evenwichtsaandoeningen. Voor vragen, meer (medische) informatie en contact kun je een bericht sturen naar [evenwicht@stichtinghoormij.nl](mailto:evenwicht@stichtinghoormij.nl)