

Benigne Paroxismale Positieafhankelijke Draaiduizeligheid (BPPD)

Fysiotherapie

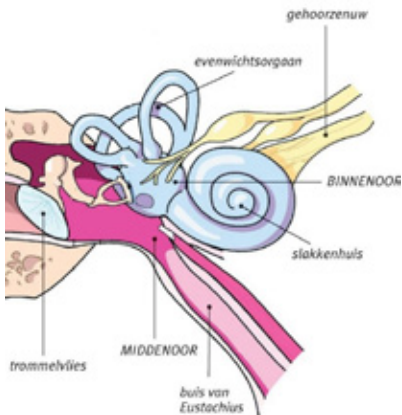
Wat is het?

BPPD ofwel benigne paroxismale positieafhankelijk draaiduizeligheid is een goedaardige vorm van duizeligheid. Het is de meest voorkomende oorzaak van duizeligheid. Het kenmerkt zich door korte aanvallen (meestal minder dan 1 minuut) van draaiduizeligheid afhankelijk van bewegingen van het hoofd. Dat betekent dat de klachten zich voornamelijk voordoen bij het gaan liggen, omdraaien in bed, omhoog kijken en bukken.

De klachten zijn heftig en met name ouderen hebben hierdoor meer risico op vallen met als gevolg verwondingen en fracturen. Toch is het een goedaardige aandoening die ook vanzelf over kan gaan (meestal binnen 4 weken), maar behandeling heeft voorkeur boven afwachten.

Wat gebeurt er?

BPPD kan ontstaan na een ontsteking van de zenuw van het evenwichtsorgaan, een hoofdtrauma, langdurige liggen, na een operatie, of door degeneratie van het binnenoor bij het ouder worden. In 50% van de gevallen is het ontstaan onduidelijk. In het evenwichtsorgaan bevinden zich 3 half cirkelvormige kanalen, gevuld met vocht. In het binnenoor bevinden zich kristallen. Wanneer de kristallen losraken en in één van de kanalen terecht komen, ontstaat er bij bepaalde bewegingen van het hoofd kortdurende draaiduizeligheid.



Wat is er aan te doen?

Het algemene advies bij draaiduizeligheid is: probeer gewoon door te gaan met uw dagelijkse activiteiten. Bent u erg duizelig? Wacht dan even tot u zich minder duizelig voelt en ga daarna weer door met wat u aan het doen was. Het is niet de bedoeling dat u bepaalde bewegingen gaat vermijden. Het is van belang uw dagelijkse activiteiten te blijven uitvoeren. Bedenk wel dat u ook bij autorijden of fietsen bewegingen maakt waardoor u ineens duizelig kunt zijn. Dat kan gevaarlijk zijn.

Tevens kunt u bij de tandarts, kapper en schoonheidsspecialiste aangeven dat het achterover liggen draaiduizeligheid kan veroorzaken.

Fysiotherapie kan de duur van de klachten aanzienlijk beperken. De Epley manoeuvre is een effectieve behandeling die door de fysiotherapeut uitgevoerd wordt. Deze manoeuvre kunt u ook zelf thuis uitvoeren. Wanneer BPPD opnieuw voordoet, dan is een Epley manoeuvre wederom de aangewezen behandeling.

Afdeling Fysiotherapie Dijklander Ziekenhuis

Vergoeding hangt af van hoe u verzekerd bent; u kunt hiervoor contact opnemen met uw zorgverzekeraar. Houdt u rekening met een eigen bijdrage.

Voor meer informatie of het maken van een afspraak kunt u telefonisch contact opnemen met de afdeling fysiotherapie, poli 38, 0229-257679.

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl



FLD-01785-NL 12-06-2021