

Duizeligheid

Wat is duizeligheid?

Iedereen is wel eens duizelig. Toch is het begrip duizeligheid moeilijk te omschrijven. In het algemeen wordt onder duizeligheid verstaan: "het gevoel dat beleefd wordt als de relatie tot de ruimtelijke omgeving verstoord is".

Normaal gesproken krijgt ieder mens voortdurend informatie over de ruimtelijke omgeving en over de positie die het lichaam daarbinnen inneemt. Deze informatie is afkomstig van de zintuigen, het evenwichtsorgaan, de ogen en de spieren.

- Het evenwichtsorgaan ligt in het rotsbeen en vormt met het slakkenhuis het binnenoor. Het orgaan is gevoelig voor de stand van het hoofd en de veranderingen van de snelheid van de beweging.
- Andere belangrijk zintuigen die de oriëntatie beïnvloeden, zijn de ogen. Iedereen weet uit eigen ervaring dat wanneer u de ogen sluit, lopen of stilstaan moeilijker is.
- Tenslotte beschikken we over het zogenaamde 'diepe gevoel' in spieren en pezen. Vooral signalen uit de been- en nekspieren geven informatie over de stand van het lichaam en van het hoofd ten opzichte van het lichaam.

Al deze informatie, van de evenwichtsorganen, de ogen en het diepe gevoel, wordt verwerkt in de hersenstam en de kleine hersenen. Van daaruit gaan prikkels naar de spieren van het lichaam, zodat wij de houding kunnen aanpassen en het evenwicht kunnen bewaren. Er gaat ook informatie (signalen) naar de grote hersenen waar het bewustzijn zit. Als daar verkeerde of nog niet bekende signalen binnenkomen, ontstaat het gevoel van duizeligheid.

- Duizeligheid is dus de ervaring van een gevoel, dat op zichzelf - net zoals pijn - niet gemeten kan worden. Van pijn weten we vaak waar het vandaan komt, van duizeligheid meestal niet. Dat maakt het zoeken naar de oorzaak van duizeligheid soms erg lastig.

Verschijnselen

De meeste mensen ervaren bij duizeligheid een draaiërig en/of een licht gevoel in het hoofd, alsof de wereld om hen heen draait of zichzelf rondtollen. Soms heeft men het gevoel alsof men opzij geduwd wordt of in een put valt. Met dit gevoel kunt u moeite hebben met het bewaren van uw evenwicht en gedesoriënteerd zijn. Dit onaangename gevoel kan gepaard gaan met allerlei andere klachten als: angst, transpireren, geeuwen, zuchten, misselijkheid en braken. Het klassieke voorbeeld van bovengenoemd ziektebeeld is wagen- of zeeziekte.

Oorzaken

Elke stoornis op één van de plaatsen in het gehele evenwichtssysteem kan duizeligheid veroorzaken. Vooral een acute aandoening van één evenwichtsorgaan leidt tot heftige duizeligheid met misselijkheid en braken. De klachten kunnen van enkele seconden tot weken duren, waarna spontaan herstel optreedt.

De meest bekende oorzaken:

Evenwichtsorgaan

- aanvallen van goedaardige positie afhankelijke duizeligheid door verplaatsing van gruis in het evenwichtsorgaan;
- letsel aan het hoofd door een ongeval (scheur in het rotsbeen; hier liggen het binnenoor en evenwichtsorgaan);
- ontstekingen (griep, middenoorontsteking);
- de ziekte van Ménière (onvoorspelbare aanvallen van duizeligheid);
- doorbloedingsstoornissen van evenwichtsorganen en/of hersenen;
- een goedaardige tumor op de evenwichtszenuw.

Gezichtsvermogen

Aandoeningen van het gezichtsvermogen en vooral van de oogspieren kunnen aanleiding geven tot duizeligheid. Dit treedt bijvoorbeeld op bij het in gebruik nemen van een (nieuwe) bril of bij oogspierverlammingen.

Spiere

Het diepe gevoel (in spieren) kan verstoord raken bij aandoeningen van het zenuwstelsel in de benen, bijvoorbeeld bij suikerziekte. Ook andere stoornissen in de zenuwen en spieren die houding en evenwicht bewaren, kunnen een gevoel van duizeligheid veroorzaken.

Hersenen

Duizeligheid ontstaat ook bij stoornissen van de regelcentra in de hersenstam en de kleine hersenen, bijvoorbeeld:

- doorbloedingsstoornissen, zoals hartritmestoornissen en veranderingen in de bloeddruk;
- stofwisselingsstoornissen, zoals een laag bloedsuikergehalte bij een ontregeling van suikerziekte;
- Vergiftigingen, vooral door alcohol of medicijngebruik.

Ook de grote hersenen zijn gevoelig voor bovengenoemde stoornissen. Bovendien kunnen psychische toestanden als stress en spanningen via een indirecte weg ook tot duizeligheid leiden.

Onderzoek

Verreweg het belangrijkste deel van het onderzoek is uw éigen verhaal. Op grond daarvan kan vaak al vermoed worden wat de oorzaak van de duizeligheid (geweest) is en hoe verder gezocht moet worden. In uw verhaal wordt gelet op de volgende vier aspecten:

- Om wat voor een soort duizeligheid gaat het?
Voelt u bewegingen in het hoofd of van het hele lichaam (schommelen of wiebelen), draait de omgeving, bestaat er valneiging of het gevoel te vallen, bent u licht in het hoofd?
- Het verloop in de tijd.
Ontstonden de klachten geleidelijk of acuut, hoe lang heeft de duizeligheid bestaan of bent u continu duizelig?

- Zijn er bepaalde omstandigheden waaronder de klachten optreden of verergeren? Is het afhankelijk van hoofdbewegingen, bij rechtop gaan staan of tijdens lopen, in drukke winkels, op het werk of treedt het op in bed?
- Zijn er andere verschijnselen, zoals oorsymptomen (verminderd gehoor, éénzijdig of tweezijdig, oorsuizen, pijn of vol gevoel in het oor), misselijkheid, braken, hoofdpijn, het gevoel flauw te vallen of weg te raken, hartkloppingen, transpireren, moeite met praten of slikken, dubbelzien of uitval van een gezichtsveld, benauwdheid, angst, etc.?

Ook wordt gevraagd naar het bestaan van andere ziektes en naar medicijngebruik die een mogelijke oorzaak kunnen zijn. U begrijpt dat uw verhaal met alle verschillende aspecten erg lang kan zijn en dat bij het eerste bezoek aan de neuroloog niet alles ter sprake kan komen. Vaak komt er later nog een gelegenheid om uw ervaringen te melden, bijvoorbeeld tijdens het aanvullend onderzoek. Het gevoel van duizeligheid kan zelf niet gemeten worden, maar de orgaansystemen die een bijdrage leveren aan het handhaven van oriëntatie, houding en evenwicht kunnen wel nader onderzocht worden.

Algemeen lichamelijk onderzoek

Het meer algemene onderzoek, dat mogelijk al door de huisarts is verricht, kan bestaan uit:

- meten van hartslag en bloeddruk;
- algemeen bloedonderzoek;
- inspectie van de oren;
- beoordelen van de oogbewegingen;
- analyseren van de houding en het evenwicht;
- meten van gevoel en reflexen;
- zonodig kan dit algemene onderzoek gevolgd worden door een meer specialistisch gehoor- en evenwichtsonderzoek en in uitzonderingsgevallen door een scan (CT of MRI).

Aan de hand van uw verhaal en de resultaten van het aanvullende onderzoek lukt het meestal stap voor stap de oorzaak van de duizeligheid op te sporen.

Behandeling

Uw specialist is vooral geïnteresseerd in de oorzaak van uw klachten om een zo goed mogelijke behandeling te kunnen instellen: is de oorzaak eenmaal bekend, dan is er meestal snel iets aan te doen. Voor de klacht duizeligheid zelf bestaat geen medicijn!

Grofweg kan de behandeling als volgt worden onderverdeeld:

- aanpak van de oorzaak; een aandoening van een evenwichtsorgaan zoals de aanvalsgewijze positieafhankelijke draaiduizeligheid kan door een speciale manoeuvre (Epley) vaak goed behandeld worden;
- behandeling van de algemene ziekten; van hart en bloedvaten, suikerziekte, bloedarmoede en aandoeningen van het zenuwstelsel door de huisarts of andere specialisten;
- aanpak van de gevolgen. Gelukkig is het centrale zenuwstelsel meestal in staat de beschadiging van een deel van het evenwichtssysteem te compenseren. Bij het aanleren hiervan kan hulp geboden worden, bijvoorbeeld door een fysiotherapeut.