
Schwindel: ernst zu nehmende Signale des Körpers

Veröffentlicht am: 23.06.2020, 6:38

Pressemitteilung von: **DVE Deutscher Verband Ergotherapie e.V. // Angelika Reinecke**

Wer Schwindel bei älteren Menschen verortet oder denkt, Schwindel sei selten, irrt. "Die Fakten belehren uns eines Besseren", weiß die Ergotherapeutin Heike Christmann, DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.). Schwindel geht durch alle Altersgruppen; mittlerweile sind erstaunlich viele junge Menschen betroffen. Oft wird Schwindel verkannt und verharmlost. Aus organisch bedingtem Schwindel entwickelt sich so in manchen Fällen ein funktioneller Schwindel. In jedem Fall ist es ratsam, am besten direkt zu einem erfahrenen Facharzt oder in die Schwindelambulanz zu gehen.

Hinter Schwindel verbirgt sich ein äußerst komplexes Bild. Schwindel ist ein Symptom, ähnlich wie Schmerz; Schwindel ist ebenfalls ein Signal des Körpers. Daher ist es unerlässlich, zunächst der Ursache auf den Grund zu gehen. Eine gründliche Befunderhebung ist wichtig, um zwischen den verschiedenen Formen zu differenzieren. Jeder Schwindel fühlt sich anders an: Betroffene berichten von Schwanken wie auf einem Boot, Orientierungslosigkeit, dem Gefühl wegzukippen oder einem Drehen wie auf einem Karussell. Anderen wird dazu übel oder sie benennen Auslöser, die den Schwindel verstärken. Je nach dem um welche Form von Schwindel es sich handelt, können sich die Symptome ein paar Sekunden, über Minuten hinweg oder dauerhaft zeigen. Um weitere Indizien für die Ursache des Schwindels herauszufinden, ist meist eine konkrete Befragung, Analyse der Gleichgewichtsfunktionen und ein Screening der Augenbewegungen hilfreich für die Therapieausrichtung. Liegt bereits in einer frühen Phase der Schwindelbeschwerden eine Verordnung des behandelnden Arztes in die Ergotherapie vor, übernehmen in der Schwindelbehandlung erfahrene Ergotherapeuten wie Heike Christmann die für ihre Berufsgruppe typische, detaillierte Funktionsanalyse, um sich ein genaueres Bild machen zu können: Welche Anzeichen sind zum Beispiel bei einer Erkrankung des Gleichgewichtsorgans oder -nervs vorrangig zu behandeln? Inwieweit nimmt das Schwindelerleben Einfluss auf die Gleichgewichtsfunktionen? Und wie wirkt sich das auf die Aktivitäten im Alltag und die Lebensqualität aus?

Die Aufgabe von Ergotherapeuten: Aufklären und Ängste nehmen

Heike Christmann und andere Ergotherapeuten, die eine entsprechende Fortbildung absolviert haben, legen die Behandlungsinhalte gemeinsam mit dem Patienten auf Basis der gesammelten Informationen fest. Der erste Schritt ist Aufklärung. Schwindel kommt in der Regel unangekündigt und bewirkt, dass derjenige einen völligen Kontrollverlust über seinen Körper erlebt. Das macht Angst. Zu wissen, was bei einem Schwindelanfall passiert und besser noch: dass es Behandlungsmöglichkeiten und Aussicht auf Heilung gibt, bringt sowohl die nötige Zuversicht als auch Motivation und Sicherheit. Die häufigste Form von Schwindel ist der Lagerungsschwindel. Daran leiden etwa zwei von hundert Menschen irgendwann im Laufe ihres Lebens, Frauen häufiger als Männer. Lagerungsschwindel entsteht durch fehlgeleitete Kristalle im Innenohr; das kann altersbedingt sein aber ebenso durch ein körperliches Trauma oder zu lange Ruhephasen und Liegen hervorgerufen werden. Lagerungsschwindel weist ganz typische Kennzeichen auf und lässt sich leicht beheben. Zeigen versierte Ergotherapeuten ihren Patienten mit Lagerungsschwindel zum ersten Mal, wie sie sich mit Lagerungsmanövern selbst behandeln können, ist die Freude oftmals groß. Der Schwindel ist weg und sie haben eine Handlungsoption, die sie selbst einsetzen können, um Schwindel, sofern er erneut auftritt, verschwinden zu lassen.

Typisch für Ergotherapeuten: auf die individuelle Situation eingehen

Auch bei anderen Formen wie dem funktionellen Schwindel gibt es Hilfe von spezialisierten Ergotherapeuten. Die Berufsgruppe der Ergotherapeuten nimmt sich die Zeit, die andere Disziplinen im

Gesundheitsbereich nicht aufbringen können, um sehr detailliert nachzufragen, gut zuzuhören und individuell auf das Gegenüber einzugehen. "Das ist das A und O bei der Schwindelbehandlung ist, das Schwindelempfinden, die Probleme im alltäglichen Umgang mit dem Schwindel sowie die damit verbundenen Ängste und Befürchtungen der Betroffenen zu verstehen", bestätigt die Ergotherapeutin Christmann. Viele Patienten trauen sich aufgrund des Schwindelerlebens kaum noch unter Menschen, weder in den Supermarkt noch zu Veranstaltungen. Schwindelverstärkend wirken oft zwischenmenschliche Konflikte oder berufliche Probleme, anderweitige emotionale Belastungen oder Überforderungssituationen. Da gilt es, zusammen mit den Betroffenen pragmatische Lösungen für eine adäquate Alltagsbewältigung zu erarbeiten, das Vermeidungsverhalten aufzulösen und kleine Aufgaben zu stellen, die diejenigen in ihrem Alltag umsetzen; eine klassische Domäne von Ergotherapeuten.

Kontakt zu geschulten Ergotherapeuten oder Schwindelambulanz aufnehmen

Bei vielen Erkrankungen mit dem Hauptsymptom Schwindel ist VRT (vestibuläre Rehabilitationstherapie) eine sinnvolle Therapieoption, um die gestörte Sinnesverarbeitung in die richtige Richtung zu verändern. Augenbewegungsübungen, Kopfbewegungen und Gleichgewichtsübungen beschäftigen das Gehirn, drängen Ängste in den Hintergrund. Gleichzeitig fördern sie das Bewusstsein für Balance und somit die Gewissheit, im Alltag sowohl bei persönlichen und beruflichen Belangen ebenso wie bei Freizeitaktivitäten wieder schwindelfrei zurecht kommen zu können. Die Expertin ermutigt Menschen mit Schwindel nötigenfalls bei Schwindelambulanzen und geschulten Ergotherapeuten nachzuhaken und zu insistieren, falls eine begonnene Behandlung ihrer Beschwerden nicht ausreichend greift. Zu Schwindel wird derzeit noch viel geforscht und berufsgruppenübergreifend aus- und weitergebildet. Schwindelambulanzen sind gute Anlaufstellen, die sowohl selbst eine qualitativ gesicherte Diagnostik und Behandlung garantieren als auch über entsprechende Kontakte in ihrem Netzwerk, beispielsweise zu speziell geschulten Ergotherapeuten, verfügen.

Vorschläge Bildunterschriften

Bild 1 Schwindel ist immer ein Symptom, welchem unterschiedliche Ursachen zugrunde liegen. Eine von speziell geschulten Ergotherapeuten begleitete vestibuläre Rehabilitationstherapie (VRT) unterstützt Betroffene dabei, wieder festen Boden unter den Füßen zu gewinnen. (© DVE/ Janine Metzger)

Bild 2 Funktioneller Schwindel kann durch übergroße Belastungen oder Konflikte im Berufs- und Privatleben entstehen. Geschulte Ergotherapeuten führen zuerst schwindelspezifische Assessments und Tests durch, um entsprechend der Schwindelprobleme passende Interventionen anzubieten. (© DVE/ Janine Metzger)

Bild 3 Die Arbeit von Ergotherapeuten geht über das Körperliche hinaus: Sie beziehen die psychosozialen und -emotionalen Komponenten ein - eine wichtige Voraussetzung, um Schwindel auf all seinen Ebenen zielgerichtet zu behandeln. (© DVE/ Janine Metzger)

Bild 4 Beschäftigt sich seit Jahren mit dem Thema Schwindel: die Ergotherapeutin Heike Christmann. Sie gibt ihr Know-how unter anderem an der DVE Akademie weiter, arbeitet an einem Ratgeber, der ab Frühjahr 2021 erhältlich ist und steht in engem Kontakt zum Deutschen Schwindel- und Gleichgewichtszentrum an der LMU München, Deutschlands größter Einrichtung für Patienten mit Schwindel. <https://www.hand-ergo-therapie.de/praxis/ergotherapie-und-schwindelbehandlung/> (© DVE)

Informationsmaterial zu den vielfältigen Themen der Ergotherapie gibt es bei den Ergotherapeuten vor Ort; Ergotherapeuten in Wohnortnähe auf der Homepage des Verbandes im Navigationspunkt Service und Ergotherapeutische Praxen, Suche.

Pressekontakt

Frau Angelika Reinecke
Referentin für Öffentlichkeitsarbeit des DVE e.V.

DVE Deutscher Verband Ergotherapie e.V.
Becker-Görling-Str. 26/1
76307 Karlsbad-Ittersbach, Deutschland

Telefon: 07248 - 91 81 - 0
E-Mail: a.reinecke@dve.info
Website: <https://www.dve.info>

Firmenportrait

Der Deutsche Verband Ergotherapie e.V. (DVE) ist seit seiner Gründung im Jahre 1954 der maßgebliche Berufsverband aller Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten in Deutschland. Zu seinen mehr als 12.000 Mitgliedern zählen in erster Linie Ergotherapeuten und Ergotherapeutinnen mit eigener Praxis, in der Klinik, im Angestelltenverhältnis ebenso wie in Ausbildung befindliche künftige Berufsausübende.

Als Berufsverband vertritt der DVE seine Mitglieder bei Politik, Behörden, Ministerien, Krankenkassen und anderen Partnern des Gesundheitswesens und trägt somit entscheidend zu Sicherung und Weiterentwicklung des Berufsstandes bei. Die Einsatzbereiche und Therapiemethoden der Ergotherapie sind vielfältig; die Ergotherapie hebt sich deutlich von anderen Behandlungsmethoden ab. Ergotherapeuten betrachten den erkrankten Menschen beziehungsweise den Menschen in einer Lebenskrise, seinen Alltag und seine Handlungsfähigkeit. Die Menschen aus dem sozialen Umfeld beziehen sie ebenfalls ein. Oder passen den Alltag einschränkende Faktoren in der Umgebung der Betroffenen deren Bedürfnissen an.

Über seine Tätigkeit in Deutschland hinaus ist der DVE Mitglied im europäischen Verband (COTEC) und im Weltverband (WFOT).

Wichtiger Hinweis:

Für diese Pressemitteilung sowie das Bild- und Tonmaterial ist allein der jeweils angegebene Herausgeber verantwortlich. In der Regel ist dieser der Urheber der Presstexte sowie der angehängten Bild und Informationsmaterialien. Das TRENDKRAFT-Pressportal ist für den Inhalt dieser Pressemitteilung nicht verantwortlich und übernimmt keine Haftung für die Korrektheit oder Vollständigkeit der dargestellten Meldung. Die Nutzung von hier archivierten Informationen zur Eigeninformation und redaktionellen Weiterverarbeitung ist in der Regel kostenfrei. Vor der Weiterverwendung sollten Sie allerdings urheberrechtliche Fragen mit dem angegebenen Herausgeber klären. Eine systematische Speicherung dieser Daten sowie die Verwendung auch von Teilen dieses Datenbankwerks sind nur mit schriftlicher Einwilligung durch das TRENDKRAFT-Pressportal gestattet.

Des Weiteren beachten Sie bitte unseren Haftungsausschluss unter: <https://trendkraft.io/haftungsausschluss>