

Häufig, aber oft verkannt: plötzlicher Lagerungsschwindel

"Plötzlich scheint sich alles zu drehen. Am liebsten möchte man sich im Bett festhalten." Patienten, die diese Symptomatik beschreiben, haben nicht unbedingt zu tief ins Glas geschaut. Es steckt auch nicht immer ein Tumor oder eine schwere neurologische Erkrankung dahinter. Aber vielen Betroffenen machen die meist kurzzeitigen Schwindelattacken Angst, vor allem, wenn sie ohne vorangegangene Verletzung oder Erkrankung des Kopfes auftreten und über Wochen und Monate immer wieder kommen.

Oft sind kleine "Steinchen" (Otolithen) im Innenohr für das Phänomen verantwortlich. Sie haben sich von ihrem Stamplatz im Gleichgewichtsorgan gelöst und vagabundieren frei in den Bogengängen des Labyrinths, dem Teil des Innenohrs, das uns Informationen über die Lage unseres Körpers im Raum liefert. Vor allem bei rascher Kopfdrehung, beim Bücken oder Hinlegen vermitteln diese Irrläufer dem Gehirn Informationen, die nicht mit der Wahrnehmung der Augen übereinstimmen. Durch die Unstimmigkeit zwischen den Sinneseindrücken kann es zu den typischen Schwindelsymptomen Schwanken, Drehen und Übelkeit kommen.

In der medizinischen Terminologie heißen die plötzlichen Drehschwindelattacken benigner paroxysmaler Lagerungsschwindel oder kurz BPLS. Bei Patienten jenseits der 50 ist BPLS die häufigste Ursache für Schwindelbeschwerden. Bis zum Alter von 70 Jahren hat schätzungsweise jeder Dritte mindestens eine BPLS-Attacke erlebt. Trotz dieser Häufigkeit bleibt die Störung viel zu oft unerkannt und quält die Betroffenen unnötig lang. Dabei sind Diagnose und Therapie recht einfach.

Hinweise auf BPLS bietet einerseits die Krankengeschichte mit kurzzeitigen Schwindelattacken, oft am Morgen oder bei bestimmten Bewegungen und Tätigkeiten. Wenn sich zusätzlich während der Untersuchung beim Patienten durch raschen Wechsel zwischen Sitzen und seitlichem Liegen der Schwindel auslösen lässt und ein ganz bestimmtes, Nystagmus genanntes Augenzittern zu beobachten ist, dann hat man es mit hoher Wahrscheinlichkeit mit einem gutartigen Lagerungsschwindel zu tun.

Auch die Therapie besteht aus einem Lagerungsmanöver. Es hat den Zweck, die frei beweglichen Steinchen aus dem Gangsystem des Labyrinths zu schwemmen. Sobald das gelungen ist, hört der Schwindel auf. Meist reichen zwei- bis dreimalige Anwendungen aus. In hartnäckigen Fällen kann es 10-14 Tage dauern bis die Patienten beschwerdefrei sind. Rückfälle sind möglich. Die Übungen sind jedoch leicht zu erlernen und können von den Betroffenen bei Bedarf auch zuhause wiederholt werden. Durch Lagerungstherapie lassen sich mindestens 95% der BPLS-Störungen schnell und wirksam behandeln; ohne Medikamente und teure Apparate. Nur erkennen muss man sie.

Sollte wider Erwarten im angegebenen Zeitraum keine Besserung eintreten, sind ergänzende Untersuchungen dringend angeraten. Denn Ursachen für lageabhängigen Schwindel gibt es viele. Die meisten davon sind jedoch weit seltener als BPLS.