



BPPD (Benigne Paroxysmale Positie Duizeligheid)

Duizeligheid door problemen met het evenwichtsorgaan



Bij BPPD zitten er kristallen in één van uw evenwichtsorganen. Hierdoor werkt het evenwichtsorgaan niet goed. Daarom kunt u last hebben van duizeligheid. Hier vindt u meer informatie over BPPD.

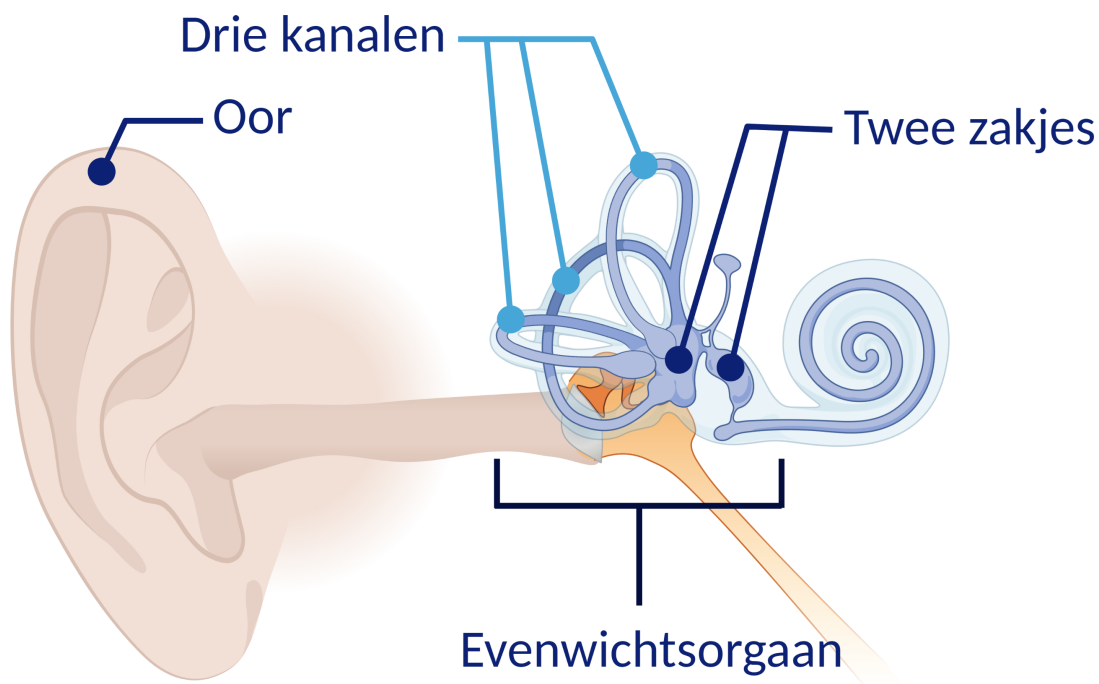
Over BPPD

Het evenwichtsorgaan

We leggen eerst uit hoe het evenwichtsorgaan normaal werkt. Zo kunt u beter begrijpen wat er precies aan de hand is.

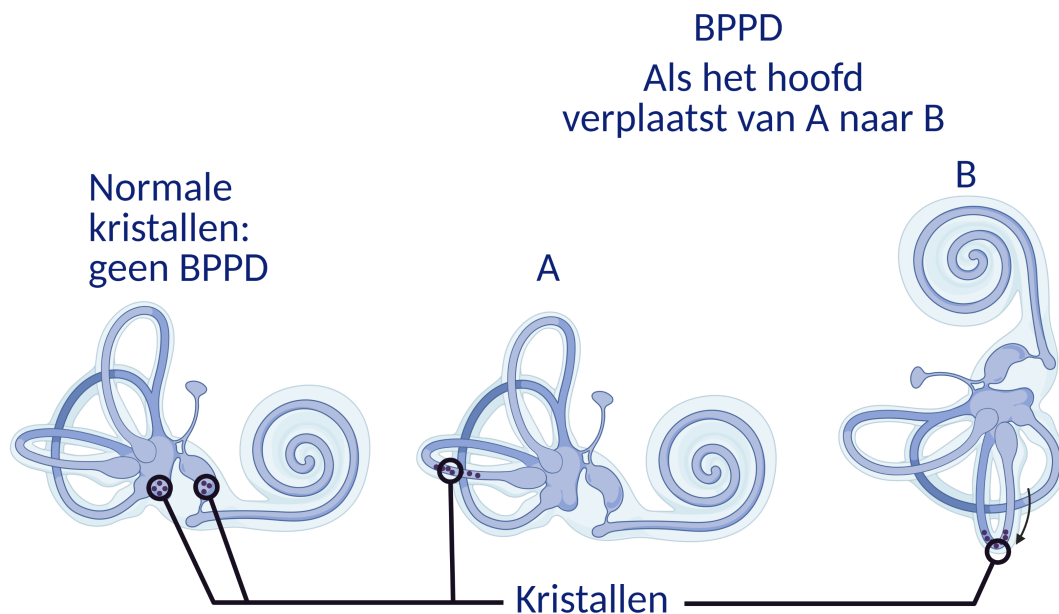
Gezonde mensen hebben twee evenwichtsorganen: links en rechts. Deze zitten in het bot achter uw oren. De evenwichtsorganen sturen informatie naar uw hersenen als u uw hoofd beweegt. Zo zorgen ze ervoor dat u in balans kunt blijven en dat u scherp kunt blijven zien tijdens bewegingen. Bijvoorbeeld als u loopt, rent, fietst of in een auto rijdt.

Het evenwichtsorgaan bestaat uit vijf delen: 2 zakjes en 3 kanalen (zie de afbeelding). In de zakjes zitten kristallen die aan de bodem van de zakjes vastzitten. Deze kristallen noemen we ook wel 'steentjes' of 'gruis'. Ze zijn nodig om bewegingen en zwaartekracht goed te kunnen meten. De kristallen horen alléén in de zakjes te zitten en niet in de kanalen.



BPPD

Bij BPPD raken de kristallen los uit de zakjes en komen ze in een kanaal terecht. Meestal zitten de kristallen in het achterste kanaal, maar ze kunnen in elk kanaal terechtkomen. Hierdoor wordt bij elke beweging van het hoofd de zenuwen in het kanaal gestimuleerd. Zo worden de zenuwen overprikkeld. U kunt dan het gevoel krijgen dat u draait na een beweging van het hoofd.



Klachten

U kunt door BPPD erg duizelig worden van bewegingen met uw hoofd. Bijvoorbeeld als u gaat liggen of als u zich omdraait in bed. Maar ook als u met uw hoofd achterover omhoogkijkt (bijvoorbeeld als u in hoge keukenkastjes kijkt) of als u bukt. De duizeligheid is hevig, maar duurt kort. Meestal minder dan een minuut. Door de duizeligheid heeft u ook meer kans om te vallen. Soms krijgt u dan ook een misselijk gevoel. De klachten worden minder of verdwijnen even als u de snelle bewegingen met uw hoofd herhaalt.

Oorzaak

We kunnen niet precies zeggen waarom de kristallen in de kanalen terechtkomen. Er zijn verschillende oorzaken voor, zoals:

- ouder worden
- een harde klap tegen het hoofd krijgen
- lang op bed moeten blijven liggen (doordat u ziek bent bijvoorbeeld)
- eerdere ziektes van het evenwichtsorgaan (bijvoorbeeld ontsteking of de ziekte van Menière)

Meestal kunnen we geen duidelijke oorzaak vinden.



Diagnose

Een KNO-arts kan vaststellen of u BPPD heeft. De arts doet verschillende testen in de spreekkamer. Twee testen zijn:

- Laterale rol: een test waarbij u ligt en daarna snel omdraait.
- Kiepproef: een test waarbij u eerst zit. Daarna kiepen we uw hoofd en bovenlichaam plotseling achterover.

Met deze testen kunnen we duizeligheid opwekken. Meestal zien we dan typische oogbewegingen, waardoor we weten of u BPPD heeft of niet.

Behandeling

De behandeling van BPPD is een bevrijdings- of repositiemanoeuvre. Voorbeelden hiervan zijn de Epley-manoeuvre, barbecue-manoeuvre en Gufoni-manoeuvre. Dit zijn (hoofd)bewegingen die we een aantal keer herhalen. Hierdoor verplaatsen de loszittende kristallen weer naar de zakjes en kunnen ze zich daar weer vasthechten. Zo kunnen de kristallen niet meer zorgen voor een overprikkeling van de zenuwen. U wordt dan niet meer duizelig.

De behandeling geeft meestal erg goede resultaten.

Klachten verdwijnen meestal vanzelf

Bij de meeste mensen verdwijnen de BPPD-klachten na een paar weken vanzelf. Zij hebben dan geen behandeling nodig. Bij ongeveer 30% van de mensen is er een behandeling nodig.

Contact

Heeft u nog vragen? Of wilt u meer informatie? Dan kunt u altijd contact opnemen met uw KNO-arts.

- Polikliniek keel-, neus- en oorheelkunde: (010) 704 01 20 (bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8.00 - 16.30 uur)

Meer informatie

Meer informatie (o.a. andere ziektebeelden, overzichten van behandelaars) vindt u op [Duizeligheidscentra.nl](https://duizeligheidscentra.nl) de officiële site over duizeligheid van de Nederlandse Vereniging van Keel-, Neus- en Oorartsen.

Voor lotgenotencontact verwijzen wij naar Hoormij· NVVS commissie Duizeligheid en Evenwicht (e-mailadres: evenwicht@stichtinghoormij.nl).





