

2/2018 April

C 51932

# *forum*

*Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde*



**omnimed**  
[www.omnimedonline.de](http://www.omnimedonline.de)

# Rezension



»Gleichgewicht und Schwindel«  
S. Schädler  
Urban & Fischer Verlag/  
Elsevier GmbH, München, 2016  
296 Seiten  
ISBN 978-3-43-745147-8  
€ 69,99

Schwindel und Gleichgewichtsstörungen sind ein weit verbreitetes Leiden, das die Betroffenen als ausgesprochen unangenehm, verunsichernd und quälend empfinden, beeinträchtigt es doch ihr Alltagsleben zum Teil erheblich. Jeder 10., der seinen Hausarzt aufsucht, klagt über Probleme mit dem Gleichgewichtssinn, beim HNO-Arzt oder Neurologen kommen bis zu 20% der Patienten mit Schwindel in die Praxis. Die Ursachen reichen von harmlosen vorübergehenden Störungen bis zu einer Vielzahl ernsthafter Erkrankungen im Gleichgewichtssystem selbst, aber auch als Herz-Kreislauf-Störungen, Synkopen, Stoffwechselerkrankungen, neurologische oder psychische Erkrankungen. Dennoch gelingt es mit der entsprechenden HNO-Kompetenz in aller Regel, eine Diagnose zu stellen oder zumindest das Geschehen einzu-

grenzen. Und dann? Gefahr erkannt, Gefahr gebannt? Bei Weitem nicht.

Meist braucht der Schwindelnde nicht nur eine ausreichende Diagnose, sondern auch eine entängstigende Aufklärung und eine Therapie (»Begleitung«), die ihn wieder auf die Beine und aus der Schwindelangst bringt. Das überschreitet aber in aller Regel die Möglichkeiten einer Kassenarzt-Praxis. Dann scheint guter Rat teuer, wenn man nicht auf die – in aller Regel – nutzlosen Medikamente für oder gegen Schwindel ausweichen möchte oder gar der langen Liste von Medikamenten-Interaktionen bei älteren Menschen noch eine weitere hinzufügen will, die im Zweifel die Sturzgefahr erhöht. So kommen »im Schwindel« zu oft beruhigende oder antriebsmindernde Medikamente hinzu, die manchmal statt eines Gleichgewichtstrainings angeraten werden.

Unterstützung kann hingegen von Seiten der Physiotherapie kommen, wenn das Budget dies noch hergibt und die richtige Verordnung erfolgt. So kann – in der Bundesrepublik – etwa für sechsmal Physiotherapie »bei Schwindel unterschiedlicher Genese« der Indikationsschlüssel SO3a = Leitsymptomatik: Gang- und Standunsicherheit, Verunsicherung, Angstzustände« genommen werden. Dies muss einen ebenso interessierten wie engagierten Physiotherapeut oder meist eine Physiotherapeutin erreichen, die Arbeit am und mit dem Patienten leistet. Nach (!) entsprechender und möglichst aussagekräftiger medizinischer Diagnosestellung (statt: »Halswirbelsäulen [HWS]-Syndrom«) können diese sowohl die (zuvor zu oft unterlassenen) Befreiungsmanöver beim benignen paroxysmalen Lagerungsschwindel durchführen und ein – in der Regel gestuftes –

Gleichgewichtstraining durchführen. Dies ist nicht nur bis zum Beweis des Gegenteils hilfreich, sondern im Gegensatz zu den oben angerissenen Medikamenten evidenzbasiert. So konnte das Training – in 27 von der »Cochrane Collaboration« gewerteten Studien mit 1.668 Teilnehmern – als »sicher und effektiv bei einseitigen Gleichgewichtsausfällen« bewertet werden (Hillier u. McDonnell 2011 für die »Cochrane Collaboration«). Gefördert werden sollen dabei auch die Körperwahrnehmung und die Schulung insbesondere der Körpereigenfühler und der Augen, aber auch die Zuversicht in das weiter mögliche Gleichgewichtsvermögen. Dabei sollen die Betroffenen das Vertrauen in die körperliche Funktionsfähigkeit festigen und sich an verschiedene Schwindeltrigger heranzuarbeiten. Dies gilt aus der eigenen Erfahrung auch und gerade für reaktiv »psychogene« Schwindelzustände!

Der bedeutendste Faktor für ein Ausbleiben des Erfolgs sind Schonung, körperliche Ruhe und Vermeidung selbst der Aktivitäten, die eigentlich problemarm durchführbar wären. Gründe sind oft Unwissenheit, fehlende Ermutigung und Angst. Ungünstig war bisher, das es im deutschsprachigen Raum kein dazu geeignetes Buch für Physiotherapeuten gab, das speziell diesen die notwendigen Informationen und Grundlagen zu Gleichgewicht und Schwindel an die Hand gab und – darauf aufbauend – auch spezifische Anleitungen für unterschiedliche Problemstellungen. Der Schweizer Physiotherapeut Schädler schließt diese Lücke. Er teilt in Kenntnis der Komplexität des Themas und der gegenseitigen Beeinflussung der Systeme seine Darstellung im Hinblick auf die Therapieorientierung in Symptom- und Funktionsgruppen ein.

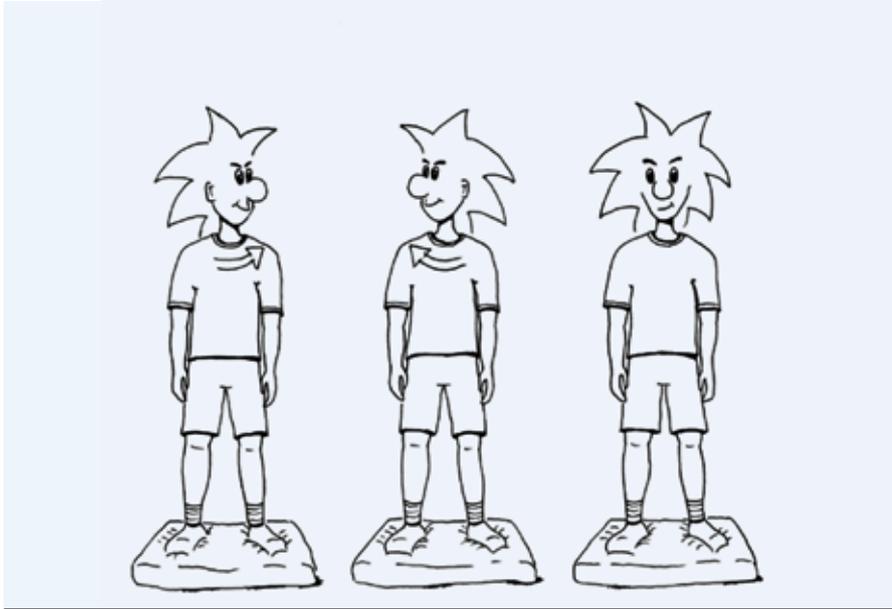


Abb.: Beispiel für eine Patientenanleitung (aus: Schädler, Gleichgewicht und Schwindel, 1. Auflage 2016 © Elsevier GmbH, Urban & Fischer, München)

Die Kapitel Gleichgewichtsstörungen, unter anderem ausführlichst der benigne paroxysmale Lagerungsschwindel, okulomotorische Dysfunktionen, peripher- und zentralvestibuläre Dysfunktion, somatosensorische Defizite, visuelle Abhängigkeit, zervikogener Schwindel, Orthostase/Herz-/Gefäßsystem sind nach dem gleichen Schema aufgebaut:

- Fallbeispiel,
- theoretischer Hintergrund,
- Anamnese,
- Untersuchung,
- Behandlung,
- Evidenz (!),
- Lernzielkontrolle,
- Literatur.

Alle Tests, Untersuchungen und Maßnahmen, die durch den Therapeuten angewendet werden, sind fotografiert und werden hervorragend dargestellt. Die Übungen und Trainings, die der Patient selbst durchführen kann, werden in Comics dargestellt. Als Bonus finden sich auf der dazugehörigen Website weitere Fallbeispiele zu den einzelnen Kapiteln, Testformulare, Befundbögen, Übungsprogramme, Links, weitere Abbildungen und vertiefende Literatur. Wichtig und hilfreich sind auch die »Red Flags«, die Stolpersteine, bei der

jeder Physiotherapeut aufpassen muss, dass nicht andere, ernsthafte Krankheiten übersehen werden.

Sicher ruft jedes Buch zu dem Komplex »Gleichgewicht und Schwindel« Einwände, Zwischenrufe und Kommentare hervor und sicher hätte man das eine oder andere anders bewerten können oder anders dargestellt. Aber wenn man sich anschaut, mit welcher Didaktik und welcher hervorragenden und aufwendigen Gestaltung und Illustrationen gerade denen Anleitung gegeben wird, die – nach der Diagnose – die Umsetzung leisten sollen und können, kann man nur den Hut ziehen. Das einzige Manko ist, dass die Zielgruppe im Titel hätte spezifiziert werden sollen und – für die Zielgruppe – vielleicht auch der Preis, der über vier bis fünf Arbeitsstunden Physiotherapie entspricht. Aber vielleicht schätzen die Kollegen ihre Weiterbehandler auch so, dass sie gerne einmal ein Buch verschenken. Lohnen würde es sich für alle Beteiligten.

*Dr. med. Helmut Schaaf  
Tinnitus Klinik Dr. Hesse  
Große Allee 50  
34454 Bad Arolsen  
E-Mail [hschaaf@tinnitus-klinik.net](mailto:hschaaf@tinnitus-klinik.net)*

**forum**