

Helmut Schaaf

Hilfe bei Schwindel

Gleichgewichtsstörungen erkennen und verstehen

Nun hat also auch der Schwindel Einzug in die Mabuse-Welt gefunden, diesmal selbst bestellt für das 14. Buch in der Reihe „Erste Hilfe“. Gewonnen werden konnte dabei ein Autor, der sich seit vielen Jahren mit den organischen und psychosomatischen Grundlagen des Schwindels beschäftigt, begonnen aus eigenem Erleben einer Innenohr-Erkrankung und inzwischen professionell als Leiter einer neurootologisch psychosomatischen Gleichgewichtambulanz in der Mitte Deutschlands. Aus diesem Erleben und Verständnis heraus schildert er zunächst, was für die Abwesenheit von Schwindel notwendig ist, nämlich ein funktionierendes Gleichgewichtssystem. Das ist nicht gerade wenig, ebenso wie es vielfältige Möglichkeiten gibt, das Gleichgewicht durcheinanderzubringen, sei es auf der organischen, psychischen oder gesellschaftlichen Ebene.

„Nirgendwo wird so viel geschwindelt wie beim Schwindel“ lautet eine hausärztliche „Weisheit“ und sie stimmt, wenn man den Ursprung des Wortes Schwindel hinzuzieht. So wird der Begriff Schwindel benutzt für das – meist passiv erlebte – Gefühl des Schwankens, der Unsicherheit und des Taumels hinsichtlich des Körpererlebens und des Schwindens der Sinne. Es wird aber auch benutzt hinsichtlich des aktiven Erzählens der Unwahrheit. So ergeben sich schon aus der Etymologie drei verschiedene Bedeutungen, wie Lamparter 1995 dies beschrieben hat: erstens ein körperlicher Vorgang, zweitens ein gefühliges Erleben und drittens ein sozialer Tatbestand, zum Beispiel des Betrügens.

So ist „der Schwindel“ nach „dem Schmerz“ eines der häufigsten Krankheitssymptome. Dennoch ist das Wissen um Diagnostik und Behandlung doch beschränkt, oder vielleicht besser gesagt, es liegt bei den jeweiligen Behandlern nur bruchstückhaft und jeweils „abgespalten“ vor. Integrierte Ansätze sind selten und scheinen paradoxerweise wenigen Spezialisten überlassen zu sein. Für die gängigen Gesundheitsstrukturen jedenfalls scheint es schwer zu sein, Klarheit und Struktur bei diesem Krankheits-

symptom herzustellen. Dies liegt wohl auch daran, dass es in seiner ganzen Komplexität sicher ernsthaft von niemandem alleine beherrscht werden kann.

Hilfreich ist es dann, sich selbst so schlau wie möglich zu machen. Dazu zählt ganz sicher zu wissen, dass gut 30 % aller Schwindelformen psychogen zu verstehen sind. Zumindest weisen 30 % bis 50 % der an Schwindel Leidenden eine relevante psychogene Mitbeteiligung auf. Patienten mit psychogen verursachtem Schwindel sind meist stärker beeinträchtigt als Patienten mit organischem Schwindel. Aber auch bei einer primär organischen Erkrankung entscheidet der sich oft entwickelnde reaktive psychogene Schwindelanteil über den weiteren Verlauf bis hin zu Fragen der partiellen oder kompletten Berufsunfähigkeit.

Gerade wegen dieser Berücksichtigung organischer und psychosomatischer Anteile des Schwindels kann man das Buch, das speziell für das Verstehen und Umsetzen beim Patienten geschrieben ist, empfehlen. So werden nach einer grundlegenden Einführung mit zahlreichen Abbildungen die verschiedenen Krankheitsbilder mit Symptomen, Diagnostik und Therapie verständlich erklärt. Das beinhaltet unter anderem, dass kein Satz länger als zwei Zeilen einnimmt. In aller Regel werden medizinische Begriffe und Sachverhalte möglichst „auf Deutsch“ beschrieben.

Dabei nimmt auch der psychosomatische und – manchmal zutreffender – der somato-physische Schwindel ausreichend Raum ein. Darüber hinaus wird erklärt, welche Medikamente im Anfall hilfreich sein können und welche danach nicht. So liegen die Verbesserungspotenziale in aller Regel nicht im „mehr Medikament“, sondern in der Aufgabe der Vermeidung und Aufnahme von Aktivitäten, weswegen im Buch auch praktische Gleichgewichtsübungen beschrieben werden.

Insgesamt ein gelungenes, gut verständliches Buch zu einem komplexen Thema, dass nicht nur für Ärzte, sondern auch für Psychotherapeuten hilfreich ist und aufgrund seiner Ansprache an den Patienten die Chance hat, auch von Betroffenen verstanden und genutzt zu werden.

*Detlef Kranz,
Mülheim an der Ruhr*