

Schwindel ist nicht gleich Schwindel

Schwindel kann viele Ursachen haben – von harmlosen Auslösern bis hin zu ernsthaften Erkrankungen. Warum eine sorgfältige Abklärung wichtig ist und weshalb neben körperlichen auch psychische und soziale Faktoren eine Rolle spielen können, erklärt Florian Gottschling. Der Heilpraktiker und Physiotherapeut führt eine eigene Osteopathie-Praxis in Recklinghausen und hat sich auf die Analyse und Behandlung funktioneller Störungen spezialisiert.



*Funktionsstörungen im Bereich von Halswirbelsäule, Muskulatur oder Körperhaltung können bei manchen Betroffenen Einfluss auf das Gleichgewichtsempfinden haben – Schwindel kann entstehen. Daher berücksichtigen osteopathische Untersuchungen u.a. Beweglichkeit, Haltung und muskuläre Spannungen als mögliche Einflussfaktoren.
Foto: bvo*

Fast jeder Mensch kennt das Gefühl: Plötzlich scheint sich alles zu drehen, der Boden schwankt oder die Orientierung geht verloren. Schwindel gehört zu den häufigsten Beschwerden überhaupt und kann den Alltag erheblich beeinträchtigen. Dabei ist Schwindel keine eigenständige Erkrankung, sondern ein Symptom, hinter dem vielfältige Ursachen stecken können.

„Viele Menschen sprechen von Schwindel, meinen damit aber ganz unterschiedliche Beschwerden. Genau deshalb ist eine sorgfältige Einordnung so wichtig“, erklärt Florian Gottschling, der seit vielen Jahren therapeutisch und osteopathisch arbeitet. „Schwindel ist eine Störung der Gleichgewichtswahrnehmung, bei der das Gehirn widersprüchliche oder fehlerhafte Informationen aus verschiedenen Systemen erhält.“

Betroffene schildern die Probleme sehr unterschiedlich – etwa als Dreh- oder Schwankschwindel, Benommenheit oder ein Gefühl von Unsicherheit. „Manche beschreiben auch ein wolkiges, schwammiges, wattiges oder – wie wir im Ruhrgebiet sagen – „bedäppertes“ Gefühl“, präzisiert Gottschling.

Schwindel hat viele Gesichter

An unserem Gleichgewichtssinn sind verschiedene Körpersysteme beteiligt. Dazu gehören u.a. das Innenohr, die Augen sowie die Tiefensensibilität von Muskeln, Gelenken und Faszien. Das Gehirn verarbeitet die eingehenden Informationen und sorgt normalerweise dafür, dass wir uns sicher im Raum orientieren können.

Kommt es dabei zu Störungen oder widersprüchlichen Signalen, kann Schwindel entstehen. Die Ursachen reichen von Problemen im Bereich des Gleichgewichtsorgans über Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems bis hin zu Stress oder psychischen Belastungen. Auch Beschwerden im Bereich von Halswirbelsäule, Kiefer oder Muskulatur können eine Rolle spielen.

„Unser Gleichgewicht entsteht aus dem Zusammenspiel vieler Systeme. Wird eines davon gestört oder liefern mehrere Bereiche widersprüchliche Informationen, kann sich das als Schwindel bemerkbar machen“, erläutert Gottschling. „Gleichzeitig erleben wir Beschwerden nie

nur auf körperlicher Ebene: Stress, emotionale Belastungen oder die persönliche Lebenssituation können beeinflussen, wie Schwindel wahrgenommen wird und wie stark er den Alltag einschränkt.“

Wann Schwindel ärztlich abgeklärt werden sollte

Da Schwindel viele Ursachen haben kann, ist eine medizinische Abklärung besonders wichtig, v.a. neu auftretender, starker oder wiederkehrender Schwindel sollte ernst genommen werden.

„Jeder starke neu aufgetretene Schwindel muss ärztlich abgeklärt werden“, betont Gottschling.

„Schwindel kann zwar harmlose Ursachen haben, in manchen Fällen jedoch auf ernsthafte Erkrankungen hinweisen. Deshalb sollte man Warnsignale nicht ignorieren.“

Was Osteopathie bei Schwindel leisten kann

Ist eine ernsthafte Erkrankung ausgeschlossen oder wird Schwindel von funktionellen Beschwerden begleitet, kann eine osteopathische Untersuchung sinnvoll sein. Dabei geht es nicht darum, Schwindel als Symptom isoliert zu behandeln, sondern mögliche Zusammenhänge im Körper aufzuspüren.

„In der Osteopathie schauen wir uns an, ob Bewegungseinschränkungen, muskuläre Spannungen oder Funktionsstörungen in Bereichen vorliegen, die Einfluss auf das Gleichgewichtssystem haben können“, erklärt Gottschling. Besonders der Kopf-, Kiefer- und Nackenbereich, die Halswirbelsäule sowie die Körperhaltung stehen dabei häufig im Fokus.

Aus osteopathischer Sicht können bspw. eine verspannte Muskulatur, eine eingeschränkte Beweglichkeit von Gelenken oder eine veränderte Körperstatik dazu beitragen, dass Informationen aus dem Bewegungsapparat nicht optimal verarbeitet werden. Ziel der Behandlung ist es, solche funktionellen Einschränkungen zu erkennen und den Körper dabei zu unterstützen, wieder besser ins Gleichgewicht zu finden.

„Osteopathie ersetzt keine medizinische Diagnostik und behandelt nicht jede Form von Schwindel. Sie kann aber bei bestimmten funktionellen Beschwerden ein Baustein in einem interdisziplinären Behandlungskonzept sein“, so Gottschling.

Den Menschen als Ganzes betrachten

Für Gottschling ist Schwindel ein gutes Beispiel dafür, warum Beschwerden nicht ausschließlich auf ein einzelnes Organ oder eine einzelne Struktur reduziert werden sollten. Wenn die ärztliche Abklärung keine organische Ursache erkennen lässt, kann es sinnvoll sein, auch funktionelle, psychische und soziale Einflussfaktoren in die Betrachtung einzubeziehen.

„Schwindel sollte nie isoliert betrachtet werden. Häufig spielen mehrere Faktoren gleichzeitig eine Rolle. Deshalb ist es wichtig, den Menschen in seinem gesamten biopsychosozialen Kontext zu betrachten“, so Gottschling.

Neben Haltung, Bewegungsmustern, muskulären Spannungen oder dem Kopf-, Kiefer- und Nackenbereich können auch Stress, Schlafmangel, berufliche Belastungen oder persönliche Sorgen Einfluss auf das Gleichgewichtsempfinden nehmen. „Jeder hat sicherlich schon einmal eine schlechte Nachricht erhalten, bei der man das Gefühl hatte, dass der Boden unter den Füßen weggezogen wird“, schildert der Experte. Hier reagiere das vegetative Nervensystem.

„Gerade bei länger bestehenden Beschwerden lohnt sich ein genauer Blick auf verschiedene Einflussfaktoren. Nicht selten tragen körperliche, emotionale und soziale Aspekte gemeinsam zum Beschwerdebild bei“, weiß er. „Das bedeutet nicht, dass Schwindel „nur psychisch“ ist. Vielmehr beeinflussen sich Körper, Psyche und Lebensumstände gegenseitig und sollten deshalb gemeinsam betrachtet werden.“

Gutartiger Lagerungsschwindel als häufige Ursache

Eine häufige Form ist der gutartige Lagerungsschwindel. Dabei treten die Beschwerden typischerweise bei bestimmten Kopfbewegungen auf, bspw. beim Umdrehen im Bett oder beim

Aufstehen. Diese Form des Schwindels gilt in vielen Fällen als gut behandelbar und verschwindet oft nach einiger Zeit wieder.

Unabhängig von der Ursache gilt jedoch: Wer unter Schwindel leidet, sollte die Beschwerden beobachten und ernst nehmen.

„Je besser Betroffene ihre Probleme beschreiben können, desto gezielter lässt sich nach möglichen Ursachen suchen. Das ist ein wichtiger erster Schritt auf dem Weg zur passenden Behandlung“, fasst Gottschling zusammen.

Infokasten

Wann sollte Schwindel ärztlich abgeklärt werden?

Eine ärztliche Untersuchung ist besonders wichtig, wenn Schwindel plötzlich und erstmals auftritt, sehr stark ausgeprägt ist oder wiederholt beziehungsweise über längere Zeit anhält. Auch wenn zusätzlich Sprachstörungen, Lähmungserscheinungen, Gefühlsstörungen, Hörminderungen, Ohrgeräusche oder starke Kopfschmerzen auftreten oder es zu Ohnmachtsanfällen beziehungsweise Stürzen kommt, sollte die Ursache zeitnah ärztlich abgeklärt werden. Grundsätzlich gilt: Neu aufgetretener oder unklarer Schwindel sollte immer ärztlich untersucht werden.

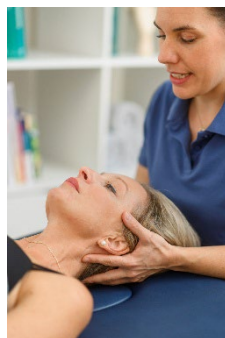
Im bvo-Podcast „Nachgefragt...“ greifen Expertinnen und Experten regelmäßig Themen rund um Osteopathie, Gesundheit und häufige Beschwerdebilder auf. ► bit.ly/BVO-Podcast.

Weitere Informationen für Ihre Leser oder zur Themenanregung finden Sie in unserem Blog „Osteopathie News“ ► bit.ly/BVO-Blog.

Weitere Bildauswahl



*Florian Gottschling ist Heilpraktiker, Physiotherapeut und seit vielen Jahren in eigener Osteopathie-Praxis tätig.
Foto: privat*



*Schwindel ist nicht gleich Schwindel: Die osteopathische Untersuchung berücksichtigt mögliche Einflussfaktoren in unterschiedlichen Körperregionen.
Foto: bvo*



*Angaben zu Auslösern, Dauer und Begleitsymptomen können wichtige Hinweise liefern und die Suche nach möglichen Ursachen erleichtern.
Foto: bvo*

[>> Weiteres Bildmaterial zum Download <<](#)

[>> Pressemitteilung als PDF inkl. Bilder zum Download <<](#)

Über den Bundesverband Osteopathie e.V. – bvo

Starker Service, starker Fortschritt, starker Partner – das ist der Bundesverband Osteopathie e.V. – bvo. Er ist die berufliche Interessenvertretung für osteopathisch arbeitende Therapeuten, Schulen und Einrichtungen in Deutschland. Seit 2002 setzen wir uns ein für eine qualifizierte Ausbildung mit einheitlich festgelegten Richtlinien zur Osteopathin/zum Osteopathen sowie einer gesetzlich anerkannten Berufsausübung der Osteopathie. Nur so kann eine hohe Sicherheit und Qualität v.a. für Patienten garantiert werden.

Kontakt:

Jacqueline Damböck
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Tel. 09232 88 12 624
presse@bv-osteopathie.de
www.bv-osteopathie.de