

Keel-, Neus- en Oorheelkunde

Vestibulaire migraine

Duizeligheid met kenmerken van migraine

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2401 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

In deze folder leest u meer over vestibulaire migraine en wat kan helpen.

Klachten

Als u migraine heeft of heeft gehad, kunt u ook aanvallen van draaiduizeligheid krijgen. De medische naam hiervoor is vestibulaire migraine. Een aanval kan 5 minuten duren maar kan ook uren duren.

U heeft tijdens een aanval last van draaiduizeligheid. Daarnaast kunt u ook klachten van migraine hebben, zoals:

- hoofdpijn;
- misselijkheid en braken;
- overgevoeligheid voor licht en geluid;
- vlekken of flikkeringen voor de ogen (dat noemen we ook wel een visueel aura).

De aanvallen kunnen iedere keer anders zijn.

Patiënten met vestibulaire migraine hebben vaker last van reisziekte.

Met of zonder hoofdpijn

Bij vestibulaire migraine hoeft er geen hoofdpijn te zijn, maar het kan wel. Soms lijkt de hoofdpijn helemaal niet op de typische "migraine hoofdpijn".

Hoe vaak komt vestibulaire migraine voor?

Ongeveer 1 op de 100 mensen heeft vestibulaire migraine. Vestibulaire migraine komt vaker voor bij vrouwen. Migraine komt vaak in de familie voor. Dus als een familielid migraine heeft, heeft u een grotere kans om het ook te hebben.

Patiënten met migraine hebben vaker last van duizeligheid en zijn ook vaak (over)gevoelig voor bewegingen.

Migraine kan een tijd verdwijnen en later (bijvoorbeeld na de overgang) weer terugkomen met heel andere klachten dan alleen hoofdpijn.

Overgevoeligheid voor prikkels

De hersenen van patiënten met migraine kunnen soms minder prikkels van buitenaf hebben. Hierdoor zijn migraine-patiënten overgevoelig voor bepaalde prikkels. Deze prikkels kunnen de hersenen net het zetje geven tot een aanval.

De overgevoeligheid is waarschijnlijk voor een groot deel erfelijk bepaald. Bij personen zonder migraine leiden deze prikkels niet tot een aanval van hoofdpijn of duizeligheid.

Voorbeelden van prikkels zijn:

- (hard) geluid;
- fel licht;
- geuren;
- pijn;
- andere sterke prikkels;
- mogelijk ook duizeligheid.

Sommige patiënten krijgen vestibulaire migraine door het zien van drukke bewegende beelden. Bijvoorbeeld druk verkeer, snelle beelden op televisie, drukte in de supermarkt, drukke patronen op een muur.

Meer last van migraine

Soms kun je meer last hebben van de gevoeligheid voor prikkels. Bijvoorbeeld door:

- (extreme) vermoeidheid;
- onregelmatige nachtrust;
- te weinig eten;
- plotselinge weersveranderingen;
- lichamelijke inspanning of sporten;
- mogelijk ook ontspanning na stress.

Bij vrouwen kan het ook komen door hormoonveranderingen, zoals tijdens:

- zwangerschap;
- ongesteld zijn;
- de overgang.

Wat gebeurt er in de hersenen bij migraine?

We weten nog niet goed hoe een migraine-aanval in de hersenen ontstaat. We weten wel dat de hersenen tijdens een migraine-aanval tijdelijk anders werken. Je kunt het zien als een “elektrische verstoring” in de hersenen.

Diagnose

De arts kan vaak op basis van uw klachten vertellen of u last heeft van vestibulaire migraine. Soms is aanvullend onderzoek nodig, zoals een gehoortest (audiogram), evenwichtsonderzoek (VNG) of beeldvorming van de hersenen.

Behandeling

Medicijnen

Tijdens een aanval kunnen medicijnen gebruikt worden om misselijkheid en overgeven tegen te gaan. Als u vaak last heeft van vestibulaire migraine, kunnen we ook medicijnen geven om aanvallen te voorkomen of te verminderen. Deze medicijnen worden ook tegen 'gewone' migraine gegeven. Het kan 8 weken duren voordat u merkt dat de medicijnen werken. We raden daarom aan om de medicijnen minstens 8 weken te proberen in de voorgeschreven dosering. Als het niet werkt, kunt u in overleg met een arts ook nog andere medicijnen proberen.

Leefstijl

In het algemeen heeft ook een regelmatige en gezonde leefstijl een goed effect (“rust, reinheid, regelmaat”). Dan zijn er minder prikkels die een aanval kunnen uitlokken. Probeer bijvoorbeeld op regelmatige tijdstippen te eten en (genoeg) te slapen, stress te verminderen en voldoende te bewegen.

Hoe gaat het verder?

Het is niet te voorspellen hoe vestibulaire migraine verloopt. Soms hebben patiënten alleen maar een bepaalde periode last van aanvallen of treden aanvallen vanzelf minder vaak op.

Angst en depressie

Angst en depressie komen vaak voor bij vestibulaire migraine. Dit kan ontstaan door het optreden van de (plotselinge) duizeligheidsklachten en/of evenwichtsstoornissen. Het evenwichtssysteem is in de hersenen sterk verbonden met het gevoelssysteem. Daarom kunt u bij evenwichtsklachten ook psychische problemen krijgen. Als u last heeft van angstige of depressieve gevoelens, bespreek dit dan met uw arts. Iemand kan u hierbij helpen, bijvoorbeeld een (medisch) psycholoog of psychiater.

Contact met andere mensen met vestibulaire migraine

Voor meer informatie en lotgenotencontact verwijzen wij naar de website van Stichting Hoormij·NVVS: <https://www.stichtinghoormij.nl/>

Er is een speciale commissie Duizeligheid en Evenwicht. Hun e-mailadres is evenwicht@stichtinghoormij.nl

Tot slot

Wat neemt u mee?

- uw (geldige) identiteitsbewijs (paspoort, ID-kaart, rijbewijs);
- uw medicatie-overzicht. Dat is een lijst met de medicijnen die u nu gebruikt. U haalt deze lijst bij uw apotheek.

Heeft u een andere zorgverzekering of een andere huisarts? Of bent u verhuisd? Geef dit dan door. Dat kan bij de registratiebalie in de hal van het ziekenhuis.

Zorgt u ervoor dat u op tijd bent voor uw afspraak? Kunt u onverwacht niet komen? Geeft u dit dan zo snel mogelijk aan ons door. Dan maken we een nieuwe afspraak met u.

Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen naar aanleiding van deze folder, stelt u deze dan aan de baliemedewerker van de polikliniek.

De polikliniek KNO Alrijne Leiden heeft routenummer 17.

De polikliniek KNO Alrijne Leiderdorp heeft routenummer 19.

De polikliniek KNO Alrijne Alphen aan den Rijn heeft routenummer 44.

De polikliniek KNO van Alrijne Ziekenhuis (alle locaties) is van maandag tot en met vrijdag tussen 8.30 - 12.00 uur en van 13.30 - 15.30 uur te bereiken via telefoonnummer 071 582 8051.