

Keel-, Neus- en Oorheelkunde / Fysiotherapie

## Benigne Paroxysmale Positie Duizeligheid (BPPD)

### 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

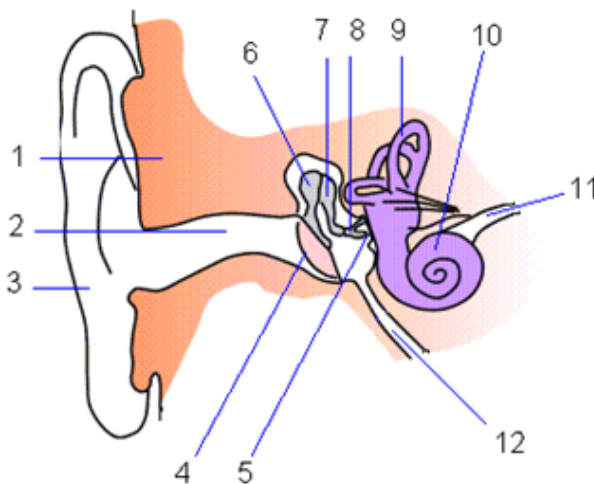
Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn  
Meteoorlaan 4  
2401 WC Alphen aan den Rijn  
0172 467 467

Bij u is de diagnose Benigne Paroxysmale Positie Duizeligheid (BPPD) gesteld. Benigne staat voor "goedaardig" en paroxysmaal betekent "aanvalsgewijs". Bij BPPD krijgt u aanvallen van duizeligheid als u uw hoofd beweegt. In deze folder leest u informatie over de aandoening en de behandeling.

## Wat is BPPD?

BPPD is een ziekte van het evenwichtsorgaan die vaak voorkomt. Het evenwichtsorgaan ligt in het binnenoor naast het slakkenhuis. Het evenwichtsorgaan bestaat uit 3 kanalen die eruitzien als een halve cirkel. Deze kanalen zijn gevuld met vocht, zie figuur 1.

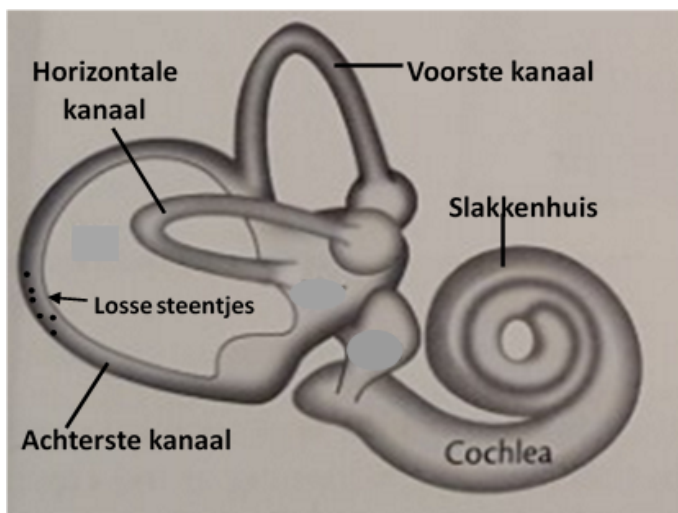
**Figuur 1.**



- 1: schedel
- 2: gehoorgang
- 3: oorschelp
- 4: trommelvlies
- 6 t/m 8: gehoorbeentjes
- 9: evenwichtsorgaan
- 10: slakkenhuis
- 11: gehoor- en evenwichtszenuw
- 12: buis van Eustachius.

(Bron: [wikipedia.org](http://wikipedia.org))

Bij het draaien van het hoofd gaat het vocht in de kanalen bewegen. Zo registreren deze kanalen de bewegingen van het hoofd en helpen ze u in evenwicht te blijven. In het evenwichtsorgaan zitten steentjes (gruis). Deze steentjes zitten vastgeplakt aan de trilhaartjes. Soms raken ze los. Ze kunnen dan terecht komen in één van de kanalen, zie figuur 2.



**Figuur 2.**

Het evenwichtsorgaan en slakkenhuis.  
Bron: Bronstein. Vertigo and imbalance. Oxford University Press 2013.

Bij een beweging van het hoofd bewegen de steentjes mee met de vloeistof in de kanalen. Dit prikkelt het evenwichtsorgaan. Het lijkt of de wereld om u heen draait. U kunt dit vergelijken met een aspirientje dat oplost in een glas water. Er ontstaan kleine klontjes. Als u stopt met roeren, draaien de klontjes nog even door. Dit doen de steentjes in de kanalen ook. Ook als u het hoofd niet meer beweegt, draaien de steentjes door. Dit geeft het gevoel alsof de wereld draait. Komen de steentjes tot stilstand dan stopt de duizeligheid. Bij BPPD wordt u duizelig na hoofdbewegingen, bijvoorbeeld als u zich omdraait in bed, naar boven kijkt, voorover bukt of als u het hoofd draait om over uw schouder te kijken. De duizeligheid duurt maar kort. Omdat u uw hoofd vaak beweegt, wordt u ook vaak duizelig. Ook kunt u misselijk worden en gaan overgeven. Soms voelen mensen zich ook tussen de aanvallen door wat duizelig.

## De oorzaak

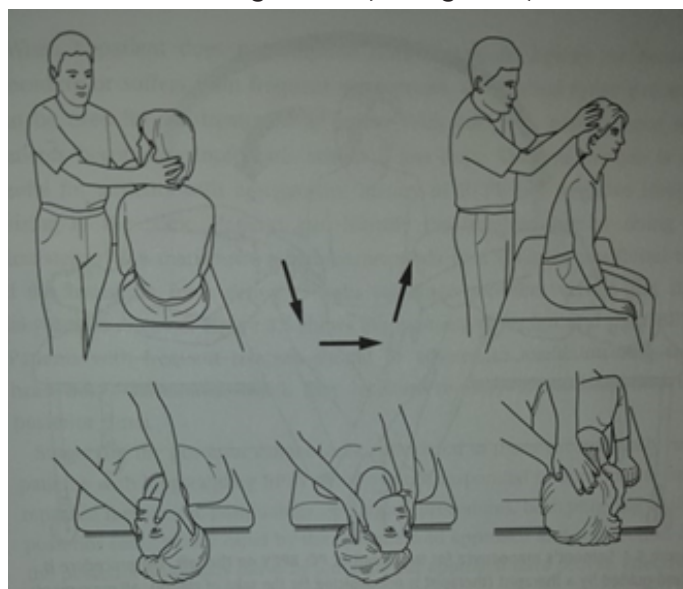
Waarom de steentjes loslaten is niet altijd duidelijk. Het kan voorkomen na een periode met bedrust, na een verwonding aan de schedel, ontsteking van de evenwichtszenuw of na een operatie. In de helft van de gevallen is niet duidelijk waardoor het komt. Wel hebben oudere mensen er vaker last van.

## Diagnose

BPPD kan eenvoudig worden vastgesteld met behulp van uw verhaal en enkele testen in de onderzoekskamer. De arts of fysiotherapeut laat u bepaalde bewegingen maken en let op uw oogbewegingen. Zo wordt bepaald in welk kanaal de steentjes zitten. Verder onderzoek is niet nodig.

## De behandeling van BPPD

De behandeling bestaat uit een serie houdingen die ervoor zorgt dat de steentjes weer op de juiste plek terecht komen. Een van deze serie houdingen is de "Epley manoeuvre". Iedere houding duurt ongeveer 1 minuut en kan de bekende kortdurende duizeligheid veroorzaken. Hieronder leest u hoe de Epley manoeuvre wordt gedaan. ( zie figuur 3).



**Figuur 3.**

De Epley manoeuvre

- A. U begint zittend. Uw hoofd wordt gedraaid naar de kant die de klachten geeft.
- B. Vervolgens wordt u op uw rug gelegd. Het is belangrijk dat u de ogen open houdt zodat de behandelaar uw oogbewegingen kan zien.
- C. Vervolgens wordt uw hoofd de andere kant op gedraaid.
- D. U draait hierna op uw zij en het hoofd draait verder zodat uw gezicht naar de grond gericht is.
- E. Tot slot gaat u weer zitten.

*Bron: Bronstein & Lempert. Dizziness. A Practical approach to diagnosis and management. Cambridge University Press 2007.*

## Na de behandeling

Vaak heeft u al na 1 keer behandelen minder klachten. Doet u op de dag van de behandeling rustig aan en maak geen wilde bewegingen met het hoofd. Uw behandelend arts of fysiotherapeut spreekt met u een controle af en beslist of de behandeling herhaald moet worden.

## Verhindering

Mocht u verhinderd zijn voor de afspraak, wilt u dit dan tijdig doorgeven aan de polikliniek waar de behandeling plaatsvindt. Het telefoonnummer vindt u aan het eind van deze folder. Als u niet tijdig afbelt, zijn wij genoodzaakt de tijd die voor u is gereserveerd in rekening te brengen. U ontvangt hiervoor een nota van het ziekenhuis.

## Tot slot

Denkt u eraan bij ieder bezoek aan het ziekenhuis een geldig legitimatiebewijs (paspoort, identiteitsbewijs, rijbewijs) en uw zorgverzekeringpas mee te nemen. Zijn uw gegevens (verzekering, huisarts, etc.) gewijzigd, meldt u dit dan bij de Patiëntenregistratie in de hal van het ziekenhuis. Wij stellen het op prijs als u zich tijdig meldt voor de afspraak.

## Heeft u vragen?

Belt u dan gerust met uw behandelend arts of fysiotherapeut.

Polikliniek Fysiotherapie 071 - 5828334 Mirjam Witter, Melanie Lotterman, Susanne Mollers

Polikliniek KNO 071 - 582 8051

Polikliniek Neurologie 071 - 582 8056