



- ◆ (Sport-) fysiotherapie
- ◆ Manueeltherapie
- ◆ Oedeemtherapie
- ◆ Geriatrie
- ◆ Kinderfysiotherapie
- ◆ Ergotherapie

Kijkt u voor meer informatie op onze website: www.nxtfysio.nl

De eerste stap is snel gezet; uw eerste afspraak kan vaak al binnen 24 uur ingepland worden en een verwijzing is niet nodig.

januari 2021

NXT Fysio
Algemeen afsprakennummer 088-26 26 000
info@nxtfysio.nl | www.nxtfysio.nl

NXTFYSIO
Op weg naar herstel.

BPPD Benigne Paroxismale Perifere Duizeligheid



info@nxtfysio.nl | www.nxtfysio.nl
Algemeen afsprakennummer 088-26 26 000

Wat is BPPD

BPPD is de afkorting voor Benigne Paroxismale Perifere Duizeligheid. Dit betekent goedaardige, in aanvallen optredende houdingsafhankelijke duizeligheid. De duizeligheid wordt ervaren als draaiduizeligheid. De wereld draait om u heen of u draait in de stilstaande wereld.

In het evenwichtsorgaan bevinden zich kristallen. Bij BPPD zijn deze kristallen losgeraakt en hebben zich verplaatst naar een andere plek in de halfcirkelvormige kanalen in het evenwichtsorgaan dan waar ze horen.

BPPD is één van de belangrijkste veroorzakers van draaiduizeligheid en een van de best behandelbare vormen. Kenmerken van BPPD zijn kortdurende duizelingen na het maken van een specifieke beweging van het hoofd, zoals voorover buigen, omrollen in bed of naar boven kijken. De duizeligheid duurt meestal niet langer dan een minuut en is vaak aanwezig in lighouding.

Wat is de oorzaak

Het losraken van de kristallen treedt vaak spontaan op, zonder dat er sprake is van een aanwijsbare onderliggende oorzaak. Soms ontstaat BPPD na een infectie, een hoofdtrauma of door degeneratie van het binnenoor door het ouder worden.

Het vaststellen van BPPD

BPPD wordt vastgesteld aan de hand van het vraaggesprek en de provocatietest van Hallpike-Dix. Dit is een kiep-proef waarbij men van zit in een vrij snel tempo wordt 'gekiept' tot lighouding, met het hoofd gedraaid naar de mogelijk aangedane zijde. De therapeut beoordeelt de test aan de hand van bepaalde oogbewegingen evenals het al dan niet optreden van duizeligheid. Indien de test positief is kan worden overgegaan op de behandeling.

Vorbereiding

In verband met eventuele duizeligheid is het prettig als er iemand met u meegaat. De meeste mensen voelen zich na het onderzoek weer prima, maar soms kan een onaangenaam gevoel of duizeligheid nog even aanhouden.

De behandeling

De behandeling bestaat uit het verplaatsen van de kristallen naar de plek waar ze behoren te zitten. Dit gebeurt onder begeleiding van een gespecialiseerde therapeut door middel van de Epley-manoeuvre. Bij deze methode worden 5 bewegingen met het hoofd gemaakt, die ieder 30 seconden worden aangehouden.

Bronnen:

<http://www.dizziness-and-balance.com>

1. De manoeuvre begint in zittende houding.



2. Daarna zal de therapeut u op uw rug laten liggen met het hoofd iets gedraaid naar de kant van de klachten (hoek van 45°).



3. Vervolgens wordt uw hoofd de andere kant opgedraaid.



4. Hierna zal de therapeut u op de zijde helpen draaien en uw hoofd met de neus naar beneden laten wijzen.



5. Tot slot wordt u weer teruggebracht tot zithouding. Het is mogelijk dat u nu wat duizelig bent. De therapeut zal u ondersteunen en u rustig laten bijkomen.