

NEURITIS VESTIBULARIS

Deze informatie dient als een algemene inleiding tot dit onderwerp. Aangezien evenwichts- en duizeligheidsproblemen iedereen op een unieke manier kunnen beïnvloeden, wordt geadviseerd om een arts te raadplegen voor persoonlijk advies.

Om de leesbaarheid te bevorderen, is in deze tekst gekozen voor neutrale formuleringen en worden persoonlijke voornaamwoorden gebruikt die alle genders omvatten, tenzij anders gespecificeerd. We erkennen en respecteren de diversiteit in genderidentiteit en streven ernaar om taal te gebruiken die voor iedereen toegankelijk en inclusief is.

Samenvatting

- Een plotselinge, ernstige aanval van duizeligheid, meestal gepaard gaande met misselijkheid en braken.
- Gehoorverlies is geen symptoom.
- Treedt op wanneer de vestibulaire zenuw verstoord is, waardoor signalen die het evenwicht regelen de hersenen niet kunnen bereiken.
- Slechts één (grote) gebeurtenis, komt niet episodisch voor.
- Komt het meest voor bij mensen van 30-50 jaar, maar kan op elke leeftijd optreden.
- Ondersteunende behandeling (medicatie) wordt gegeven tijdens de acute fase (meestal in de eerste 2 -3 dagen).
- Evenwichtsproblemen en instabiliteit bij het wandelen kunnen enkele weken of maanden aanhouden.
- Vestibulaire revalidatie kan helpen bij het herstel.
- Meer dan één aanval is zeldzaam en de meeste mensen herstellen volledig.

Wat is neuritis vestibularis?

Neuritis vestibularis is een aandoening die een plotselinge, ernstige aanval van duizeligheid veroorzaakt, meestal gepaard gaande met misselijkheid en braken. Deze aanval kan dagenlang aanhouden. Neuritis vestibularis is een eenmalige, ernstige gebeurtenis, maar patiënten kunnen weken tot maanden na de aanval nog evenwichtsproblemen hebben en instabiliteit ervaren.

Neuritis vestibularis staat ook bekend als neuropathia vestibularis, neuronitis vestibularis, acute unilaterale vestibulopathie of acuut vestibulair syndroom. Neuritis vestibularis wordt soms verward met een andere aandoening, labyrinthitis, maar dit is niet dezelfde aandoening.

Neuritis vestibularis komt het meest voor bij mensen tussen de 30 en 50 jaar, maar kan op elke leeftijd voorkomen.

Wat veroorzaakt neuritis vestibularis?

Neuritis vestibularis treedt op wanneer een deel van het evenwichtsorgaan aan één kant plotseling uitvalt.

Het vestibulaire systeem bevat de halfcirkelvormige kanalen en de maculaire organen (sacculus en utricle die otolieten bevatten) in het binnenoor. Deze structuren nemen hoofdbewegingen waar, bijvoorbeeld wanneer je hoofd kantelt, draait of van snelheid verandert. De informatie van deze structuren wordt doorgegeven aan de hersenen via de vestibulaire zenuw (ook bekend als de vestibulocochleaire zenuw of 8e hersenzenuw). Je hersenen gebruiken deze signalen van het vestibulaire systeem in het binnenoor samen met signalen van je ogen, botten, spieren en gewrichten om je in balans te houden terwijl je staat of beweegt.

Bij neuritis vestibularis zijn de structuren van het binnenoor in orde, maar een deel van de vestibulaire zenuw is verstoord. Dit betekent dat de signalen van het evenwichtsorgaan in het binnenoor de hersenen niet bereiken. Hierdoor valt een deel van je evenwichtsorgaan plotseling uit, waardoor je last krijgt van ernstige duizeligheid en misselijkheid.

Onderzoekers weten niet zeker wat de oorzaak is van de verstoring van de evenwichtszenuw. Er zijn verschillende theorieën:

- De zenuw zou aangetast kunnen zijn door een slapend (inactief) virus dat om de een of andere reden reactiveert. Sommige virussen veroorzaken een infectie en verstoppen zich dan in het lichaam in plaats van het te verlaten. Ze gaan in een 'slapende' toestand in de zenuwcellen. Ze kunnen maanden of jaren later opnieuw geactiveerd worden door chronische stress. Enkele voorbeelden zijn waterpokken, die kunnen worden gereactiveerd als gordelroos, en het herpes simplex virus.
- Ontsteking door een virusinfectie kan leiden tot kleine bloedpropjes in de bloedvaten rond de evenwichtszenuw en deze beschadigen.
- Een onbalans in het immuunsysteem kan ertoe leiden dat het immuunsysteem de evenwichtszenuw aanvalt, vergelijkbaar met multiple sclerose.

Al deze mogelijkheden worden nog onderzocht.

Symptomen van neuritis vestibularis

De eerste tekenen van neuritis vestibularis, bekend als de acute fase, omvatten meestal de volgende symptomen:

- Een plotselinge, ernstige aanval van duizeligheid (het gevoel dat jij of je omgeving ronddraait)
- Ernstige evenwichtsproblemen
- Misselijkheid en overgeven

De acute fase duurt meestal 2 tot 3 dagen, maar kan tot een week of iets langer duren. Het is vaak ernstig en beperkend in het dagelijks leven. Mensen in de acute fase van neuritis vestibularis kunnen vaak niet opstaan of lopen en zijn misselijk wat vaak gepaard gaat met braken.

Na de acute fase kunnen mensen met neuritis vestibularis nog steeds evenwichtsproblemen hebben en instabiliteit ervaren. Bewegen verergert deze symptomen. Sommige mensen zijn gevoelig voor visueel prikkelende omgevingen, zoals bv. de supermarkt (visueel geïnduceerde duizeligheid). Sommige mensen hebben een vol gevoel in het oor of oorsuizen. Dit staat bekend als de chronische fase. Dit kan weken tot maanden duren.

Gehoorverlies is geen symptoom van neuritis vestibularis.

Diagnose van neuritis vestibularis

Neuritis vestibularis wordt meestal in de acute fase gediagnosticeerd door een neuroloog op een spoedeisende hulpafdeling van een ziekenhuis.

De arts zal je vragen naar je symptomen en medische voorgeschiedenis, bijvoorbeeld naar infecties, hoofdpijn of migraine die je in het verleden hebt gehad.

Je arts zal ook een grondig lichamelijk en neurologisch onderzoek uitvoeren en je oogbewegingen observeren. In de acute fase slaan de ogen spontaan (zonder stimulans) in de richting van het gezonde oor. Dit wordt ook wel spontane nystagmus genoemd.

Als de acute fase voorbij is, kunnen enkele van de volgende diagnostische tests worden uitgevoerd:

- Gehooronderzoek
- Otoscopisch onderzoek
- Beeldvorming (CT- en/of MRI-scan)
- Vestibulair functioneel onderzoek

Neuritis vestibularis veroorzaakt symptomen vergelijkbaar met die van een beroerte, dus de arts moet dergelijke ernstigere aandoeningen zorgvuldig uitsluiten.

Behandeling van neuritis vestibularis

De acute fase van neuritis vestibularis lost meestal vanzelf op. De behandeling tijdens deze fase is erop gericht om de symptomen te verlichten en het je zo comfortabel mogelijk te maken.

Ondersteunende behandeling tijdens de acute fase kan het volgende omvatten:

- Medicatie om duizeligheid te verminderen, via de mond of via een infuus (intraveneuze (IV) lijn), zoals dimenhydrinaat of ondansetron
- IV-vloeistoffen om vochtverlies door braken te vervangen
- Steroïden om ontsteking van de evenwichtszenuw te verminderen

Het toedienen van antivirale geneesmiddelen lijkt geen effect te hebben.

Als de acute fase voorbij is, is de verdere behandeling erop gericht om je te helpen weer zo normaal mogelijk te kunnen functioneren. Bij 40-60% van de mensen met neuritis vestibularis herstelt hun zenuwfunctie gedeeltelijk of volledig in de eerste 4 tot 6 weken.

Het eerste advies nadat de acute fase is afgenomen, is om je hoofd en lichaam zo natuurlijk mogelijk te bewegen. Op onze website vind je 'startersoefeningen' waarmee je zelf aan de slag kunt. Door deze oefeningen leren de hersenen je evenwichtsorgaan te compenseren.

Compensatie betekent dat de hersenen eraan wennen om geen input te ontvangen van het beschadigde vestibulaire systeem van het binnenoor. De hersenen leren om het evenwicht te bewaren met alleen de gezonde kant als betrouwbare informatiebron.

Voor veel mensen gaat de compensatie na verloop van tijd vanzelf. Maar voor mensen bij wie de symptomen niet verminderen en die moeite blijven houden met het uitvoeren van hun dagelijkse activiteiten, kan vestibulaire revalidatie helpen bij het herstel door compensatie te bevorderen.

Bij sommige mensen kan neuritis vestibularis leiden tot een complicatie die bekend staat als persisterende posturale perceptuele duizeligheid (PPPD). Een doel van de behandeling is om de ontwikkeling van PPPD te voorkomen.

Vestibulaire revalidatie

Vestibulaire revalidatie is een vorm van oefentherapie. Het is ontworpen om je hersenen te helpen opnieuw balanscontrole aan te leren en te reageren op signalen van het vestibulaire en visuele systeem. Een gecertificeerde IVRT® duizeligheid en vestibulair therapeut kan je helpen bij het opstellen van behandeldoelen en een geschikt oefenprogramma.

In het ideale geval begin je met vestibulaire revalidatie zodra de acute fase voorbij is. Hoe eerder je begint, hoe sneller je je beter zult voelen. Het is belangrijk om langzaam te beginnen en dan steeds meer te doen.

Onthoud dat vestibulaire revalidatie tijd en inspanning kost. Je therapeut zal je de oefeningen laten zien die je moet doen, maar jij bent degene die ze volgens plan moet uitvoeren.

Medicatie tegen duizeligheid kan het herstel in dit stadium verstoren, dus je moet het innemen daarvan indien mogelijk vermijden.

Andere behandelingen

In zeldzame gevallen helpt vestibulaire revalidatie niet. Als je na een aantal maanden therapie nog steeds last hebt van ernstige symptomen, moet worden nagegaan of je lijdt aan een andere (mogelijk neurologische) aandoening of persisterende posturale perceptuele duizeligheid (PPPD).

Wat je in de toekomst kunt verwachten

Bij sommige patiënten keert de beschadigde evenwichtszenuw binnen vier tot zes weken terug naar een normale functie. Bij anderen kan de instabiliteit tijdens wandelen en bewegen enkele maanden aanhouden.

Het komt zelden voor dat iemand meer dan één aanval van neuritis vestibularis krijgt en de meeste mensen herstellen volledig.

Sommige onderzoeken suggereren echter dat ongeveer 25% van de mensen die neuritis vestibularis ontwikkelen, aanhoudende posturale perceptuele duizeligheid (PPPD) ontwikkelen. De juiste behandeling en revalidatie zijn erg belangrijk om ervoor te zorgen dat je op de lange termijn niet beperkt wordt in je dagelijks leven.

Om deze patiënteninformatie zo kort mogelijk te houden, hebben we geen gedetailleerde lijst met referenties opgenomen. Deze kan echter op elk moment worden opgevraagd via info@ivrt.de.

Op onze website www.IVRT.de vind je deze en andere artikelen over vestibulaire stoornissen en informatie over vestibulaire revalidatietherapie. We bieden ook adressen van artsen voor diagnostiek en therapeuten voor therapie.

Copyright © Kesgin/IVRT. Patienten mogen een kopie afdrucken voor eigen gebruik. Artsen en IVRT® therapeuten mogen kopieën aan hun patiënten geven. Voor elk ander gebruik is schriftelijke toestemming nodig.

INSTITUUT VOOR VESTIBULAIRE REVALIDATIETHERAPIE (IVRT®)