

Inhalt

Einleitung	9
------------	---

Teil I: Grundlagen

Grundlagen	12
Kaum größer als eine Kaffeebohne: Das Gleichgewichtsorgan	13
Einen Gegenstand im Blick behalten: Gleichgewicht und Augenbewegungen	17
Was das Gleichgewicht noch alles braucht	19
Was kann das Gleichgewicht aus der Balance bringen?	21
<i>Beispiel Hörschwindel</i>	21
Wer kann helfen?	23
Allgemeine Therapieansätze	24
Der Weg zu einer Diagnose	29
Zusatzuntersuchungen	35

Teil II: Die häufigsten Schwindelformen

Bewegungsabhängiger kurzer Drehschwindel: Der gutartige Lagerungsschwindel	42
<i>Die Selbstbehandlung des Lagerungsschwindels</i>	49
<i>Exkurs: Der zentrale Lageschwindel</i>	52
Drehschwindel in jeder Lage: Akuter einseitiger Ausfall eines Gleichgewichtsorgans	53
<i>Exkurs: Der Ausfall beider Gleichgewichtsorgane</i>	58
Der häufigste Schwindel mit Wiederholungscharakter: Migräne blockiert die Gleichgewichtsfunktionen	60

Wenn die Gefühle überhandnehmen: Psychogener Schwindel	64
<i>Exkurs: Schwindel im Rahmen einer sozialen Phobie</i>	66
Wenn die Welt noch mehr aus den Fugen gerät: Schwindel bei psychiatrischen Erkrankungen	73

Teil III: Wiederholter Schwindel

Wiederholter Schwindel mit zunehmenden Hörverlusten: Die Menièresche Erkrankung	78
Schwindelattacken beim Husten, Niesen und Pressen: Defekte der knöchernen Kapsel	84
<i>Exkurs: Das Tullio-Phänomen</i>	86
Es wird schwarz und duselig: Herz-Kreislauf-Erkrankungen	87
Umstritten: Die Halswirbelsäule und der Schwindel	90
Wenn die Augen nicht mehr mitkommen: Die Überforderung des Sehens und der visuelle Schwindel	92
Anhaltender, überdauernder Schwindel	94

Teil IV: Störungen des Nervensystems

Wenn der Boden nicht mehr wahrgenommen wird: Die Polyneuropathie	100
Wenn die Steuerung im Zentralnervensystem gestört wird	102
Die Nerven liegen blank: Multiple Sklerose	103
Es fehlt am Botenstoff Dopamin: Morbus Parkinson	105
Wenn das Gehirn zu oft unter Druck gerät: Der Normaldruckhydrozephalus	107
Versteifte Hirnarterien: Morbus Binswanger	109
Wenn die Nervennahrung fehlt: Vitamin-B12-Mangel	110
Wenn es im Kopf zu eng wird: Raumforderungen im Gehirn	112
Wiederholte Irritationen: Einengungen des Gleichgewichts- und Hörnervs	113

Einschläge im Gehirn: Der Schlaganfall	115
Sturzprophylaxe	117

Teil V: Wenn es dem Gleichgewichtssystem zu viel wird

Schwindel aus Überlastung in der Lebensmitte: Neurasthenie	120
Schwindel aus Überlastung im Alter	121
Bewegungskrankheiten: Kinetosen	122
Schwindel und Medikamente	124
Alkohol und andere Drogen	126

Nachwort	127
-----------------	-----

Anhang	128
---------------	-----

<i>Hilfreiche Internetseiten</i>	128
----------------------------------	-----

<i>Selbsthilfegruppen</i>	128
---------------------------	-----

<i>Empfehlenswerte weiterführende Bücher für Betroffene (Auswahl)</i>	128
---	-----

<i>Fachliteratur</i>	129
----------------------	-----

Glossar	131
----------------	-----

Register	132
-----------------	-----