

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Schwindel"

INFO

Kontakt und Beratung

◆ Die Abteilung für Geriatrie/Neurologie des Elisabeth-Krankenhauses Recklinghausen wird geleitet von **Dr. Thomas Günnewig**, Arzt für Neurologie, Psychiatrie, Psychotherapie, klinische Geriatrie, Palliativmedizin und Verkehrsmedizin.
Kontakt:
 ☎ 0 23 61 / 601-286,
 E-Mail: dr.guennewig@ekonline.de
Sekretariat:
 Frau Benning-Basse,
 ☎ 0 23 61 / 601-286,
 Fax: 0 23 61 / 601-299
 Bürozeiten: 8 bis 17 Uhr,
 Mittwoch 8 bis 13 Uhr,
 E-Mail: angelika.benning-basse@ekonline.de

◆ Diese Abteilung bietet eine im Ruhrgebiet einmalige Kombination der medizinischen Fächer Geriatrie und Neurologie und ist auf die Behandlung von Erkrankungen der zweiten Lebenshälfte spezialisiert.

◆ Die Abteilung für Kardiologie des Elisabeth-Krankenhauses Recklinghausen wird geleitet von **Dr. Thomas Lawo**.
Kontakt:
 ☎ 0 23 61 / 601315
 E-Mail: thomas.lawo@ekonline.de
Sprechzeiten nach Vereinbarung
Sekretariat:
 Annette Nickel,
 ☎ 0 23 61 / 601-315,
 Fax: 0 23 61 / 601-328,
 Bürozeit: 7.30 Uhr bis 16.15 Uhr
 E-Mail: annette.nickel@ekonline.de

◆ Diese Abteilung ist eine Hauptabteilung für Kardiologie des Kreises Recklinghausen. Sie bietet das gesamte Spektrum der interventionellen Kardiologie an. Zur Behandlung von akuten Herzinfarkten besteht eine 24-stündige Herzkatheterbereitschaft.

◆ Elisabeth Krankenhaus, Röntgenstr. 10, 45661 Recklinghausen, ☎ 0 23 61 / 601-0
 @ www.ekonline.de

Karussell

Bei dem zwar gutartigen aber manchmal heftigen Lagerungsschwindel erregen losgelöste Kristalle das Gleichgewichtsorgan. Dr. Thomas Günnewig fasst die Schilderungen betroffener Patienten in diese Worte: „Ich habe Angst, abends ins Bett zu gehen. Wenn ich mich hinlege, dreht sich alles wie ein Karussell und mir wird übel. Ich muss dann ganz ruhig liegen bleiben. Drehe ich mich auf eine Seite, fängt das Ganze wieder an. Morgens muss ich vorsichtig aufstehen, denn sonst habe ich schon wieder mein Karussell im Kopf. Am besten schlafe ich mit drei Kissen im Rücken halb im Sitzen.“

BEI UNS IM NETZ

Sprechstunde verpasst?

Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des MEDIENHAUSES BAUER war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden!

@ www.gesund-im-vest.de

Wenn sich alles dreht

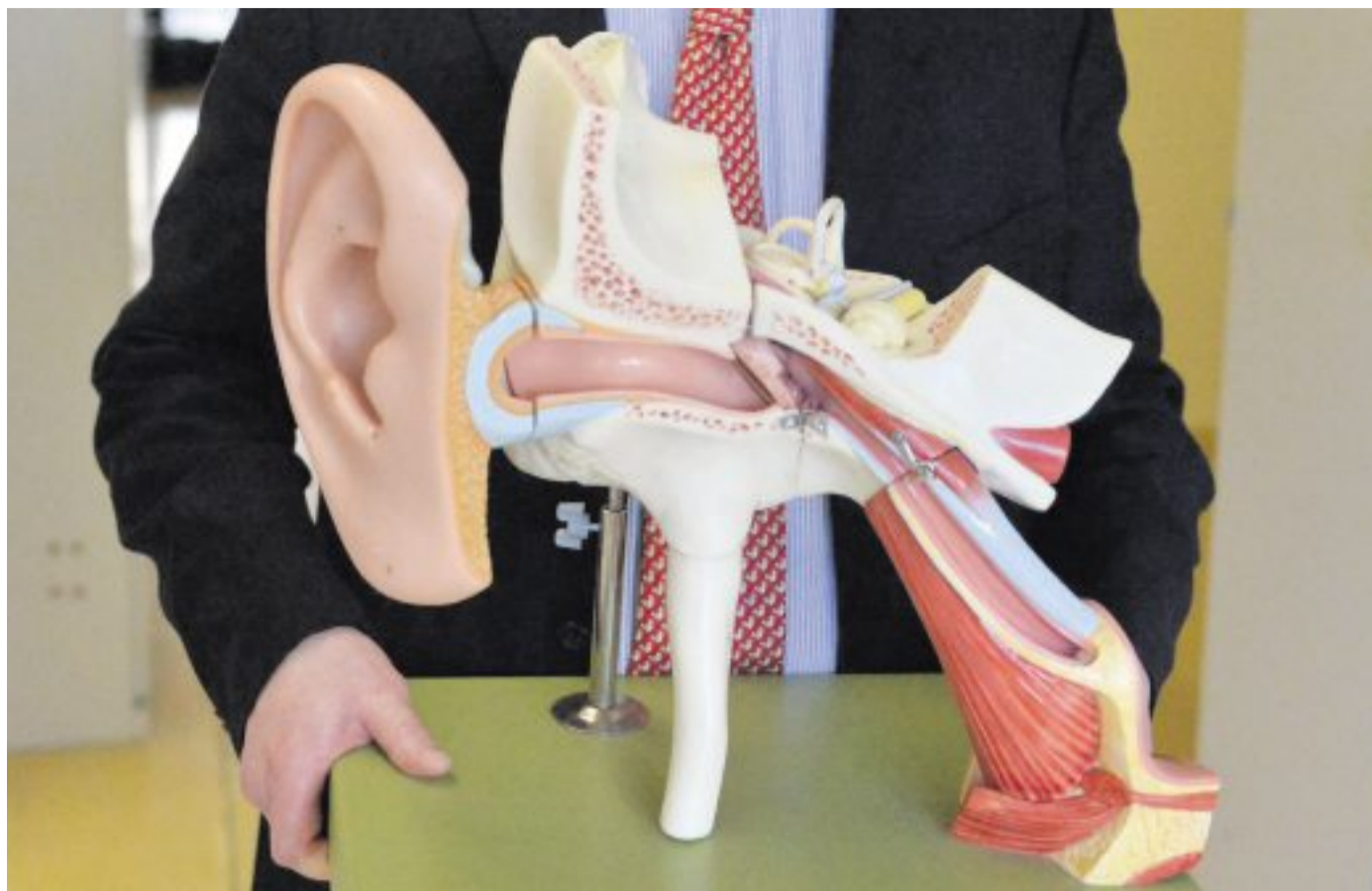
Schwindel kann ein Alarmsignal sein

VON HEIDI MEIER

Unangenehm ist er auf jeden Fall, zuweilen auch gefährlich und nicht selten ein Anzeichen für eine schwerwiegende Erkrankung: Schwindel. Fast jeder Mensch hat ihn schon mal erlebt, und je älter man ist, desto häufiger tritt er auf. „Schwindel – Alarmzeichen oder Dauerproblem“ – so lautet das Thema der ersten Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer nach der Sommerpause am kommenden Montag, 10. August, im Fritz-Husemann-Haus Recklinghausen.

Drei Fachmediziner des Elisabeth-Krankenhauses Recklinghausen klären auf über die Ursachen, Symptome, Krankheitsbilder und Therapiemöglichkeiten und beraten die Besucherinnen und Besucher auch persönlich in Sachen Schwindel.

Was nimmt uns das Gleichgewicht? Wie werde ich wieder standfest? – Diesen Fragen geht **Dr. Thomas Günnewig**, Chefarzt der Geriatrie/Neurologie des Elisabeth Krankenhauses, in seinem Vortrag über Dauerschwindel nach. „Dauerschwindel wird meist als Schwankschwindel, Benommenheit oder Unsicherheit auf den Beinen geschildert. Die Beschwerden können Wochen bis Jahre bestehen. Er kann immer vorhanden sein oder sich auf bestimmte Tätigkeiten wie Auf-



Mögliche Ursachen für Schwindel sind Störungen im Gleichgewichtsorgan des Innenohres oder im Gleichgewichtsnerv, der von dort zum Gehirn zieht. Bei unserer Abendsprechstunde erfahren Sie mehr. –FOTO: DPA

stehen oder Gehen beschränken“, erläutert der Fachmann die Symptome dieser Schwindelform, die sich unterscheidet vom sogenannten Attackenschwindel.

Mit diesem beschäftigt sich **Dr. Boris Mönter**, Oberarzt der Geriatrie/Neurologie des Elisabeth Krankenhauses, in

seinem Vortrag. Gewitter im Gehirn oder im Gleichgewichtsorgan? – Unter dieser Fragestellung geht er auf das verbreitete Phänomen von Schwindelattacken ein, die zu einer starken Beeinträchtigung, zu Übelkeit bis zum Erbrechen oder zu Gangunsicherheit führen können.

„Manchmal ist es das Herz, das das Gehirn im Stich lässt“, sagt **Dr. Thomas Lawo**, Chefarzt der Kardiologie des Elisabeth Krankenhauses. Bei unserer Abendsprechstunde erläutert er, welche Herzengangelegenheiten verantwortlich sein können, wenn sich alles dreht.

INFO Die Abendsprechstunde „Schwindel“ mit Fachmediziner des Elisabeth Krankenhauses Recklinghausen findet statt am Montag, 10. August, um 18.30 Uhr im Fritz-Husemann-Haus, Leopoldstraße 60, 45661 Recklinghausen. Eintritt: frei.

Manchmal sind es nur Sekunden

Schwindel ist eine der häufigsten Gründe, warum Patienten einen Arzt aufsuchen. Dabei treten immer weitere Symptome auf: So kann ein Schwindelgefühl mit einer Unsicherheit beim Stehen und Gehen, mit Übelkeit, Erbrechen und Ohrensausen sowie mit einer gestörten Funktion der Augenmuskulatur einhergehen.

Diese Symptome können sowohl vorübergehend (episodisch) als auch andauernd (chronisch) auftreten. Je nach Art der Beschwerden unterscheidet man verschiedene Formen:

Der Attackendrehschwindel ist ein plötzlicher und heftiger Schwindel, der nur Sekunden oder wenige Minuten dauert. Typisch bei diesem Schwindel ist ein starkes Drehgefühl mit Fallneigung und manchmal auch Übelkeit.

Ein anhaltender Drehschwindel hält stunden- bis tagelang an und geht mit Fallneigung, Augenzittern, Übelkeit und Erbrechen einher.

Beim Lagerungsschwindel entsteht das Schwindelgefühl typischerweise durch seitliches Neigen des Kopfs. Keine andere Schwindelart ist bei Erwachsenen häufiger als der gutartige Lagerungsschwindel.

Der Schwankschwindel ist mit Stand- und Gangunsicherheiten und hoher Fallneigung verbunden. Übelkeit und Erbrechen sind bei dieser Form eher selten.

Sturzgefahr mit schwerwiegenden Folgen

18 Tipps zur Vorbeugung

Schwindel kann gerade im Alter auch zu Stürzen mit all ihren negativen Folgen führen. Er kann Blessuren von harmlosen blauen Flecken bis hin zu schweren körperlichen Verletzungen nach sich ziehen und den Betroffenen in eine mehr oder weniger starke Pflegebedürftigkeit zwingen. Schätzungsweise 30 Prozent aller Menschen über 65 Jahre stürzen mindestens einmal im Jahr, bei den über 85-Jährigen ist es mehr als die Hälfte.

Ein Sturz ist meistens ein einschneidendes Erlebnis, und danach läuft häufig die Angst mit. Die Folge: zusätzliche Bewegungseinschränkungen, die weitere Stürze begünstigen.



Schwindel kann die Lebensqualität sehr beeinträchtigen und zu gefährlichen Stürzen führen. –FOTO: DPA

Es gibt aber eine Reihe einfacher Tipps zur Minimierung der Sturzgefahr. Die Fachmediziner des Elisabeth-Krankenhauses geben ihren Patienten für den Krankenhausaufenthalt und für zu Hause diese Ratschläge:

„Sprechen Sie den Hausarzt an“

- Sprechen Sie Ihren Hausarzt an, falls Sie zuhause gestürzt sind, auch wenn der Sturz folgenlos geblieben ist.
- Tragen Sie festes Schuhwerk oder Stopper-Socken.
- Essen und trinken Sie ausreichend.
- Seien Sie vorsichtig bei nassem und / oder glattem Untergrund.

- Benutzen Sie, so vorhanden oder nötig, immer Ihre Gehhilfe (z.B. Rollator, Gehstock, etc.).

- Tragen Sie immer Ihre Brille und Ihre Hörgeräte.

- Lassen Sie sich beim Aufstehen bewusst Zeit, um Kreislaufprobleme und Schwindel zu vermeiden.

- Achten Sie darauf, dass auch nachts eine ausreichende Beleuchtung, besonders für den Gang zur Toilette, gewährleistet ist.

- Wählen Sie ebene und rutschfeste Bodenbeläge.

- Durch Beseitigung von Stolperfallen, wie z.B. Brücken, Läufer, Kabel, Teppichkanten, verringern Sie das Risiko eines Sturzes.

- Verzichteten Sie auf die Nutzung von Leitern und ähnlichen Gegenständen. Bewahren Sie häufig genutzte Gegenstände in erreichbarer Höhe auf.

- Nutzen Sie rutschfeste Einlagen in Dusche und Badewanne. Lassen Sie sich notwendige Haltegriffe im Badezimmer montieren.

- Durch Hausnotruf-Systeme können Sie sich bemerkbar machen, falls Sie doch einmal stürzen sollten. Sofern Sie eines haben, tragen Sie dieses immer am Körper.

- Legen Sie Ihr Telefon nachts immer gut erreichbar neben Ihr Bett, damit Sie ggf. Hilfe rufen können.

- Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Therapeuten über einen Hüftprotektor.

- Und bei einem Krankenhausaufenthalt:

- Lassen Sie sich den Umgang mit der Rufanlage erklären. Achten Sie darauf, den Schwesternruf in Ihrer Reichweite zu haben. Wir stellen Ihnen auch gerne eine Verlängerung zur Verfügung.

- Nutzen Sie die angebotenen Therapien und fragen Sie den zuständigen Therapeuten nach geeigneten Kraft- und Balanceübungen.

- Wenn Sie sich unsicher fühlen, melden Sie sich jederzeit sofort beim Pflegepersonal.

ANZEIGE

ABENDSPRECHSTUNDE

Schwindel – Alarmzeichen oder Dauerproblem?

Ursachen, Symptome, Krankheitsbilder, Therapiemöglichkeiten, Schwindelberatung

Montag,
10. August 2015,
18.30 Uhr

Fritz-Husemann-Haus,
Leopoldstraße 60,
45661 Recklinghausen

Moderation: **Bernd Overwien**
(Chefredaktion Medienhaus Bauer)

Eintritt frei!

ELISABETH KRANKENHAUS RECKLINGHAUSEN

Telefon 0 23 61 / 601-0
info@ekonline.de
www.ekonline.de

Referenten und Themen

Dr. Thomas Günnewig

Chefarzt der Geriatrie/Neurologie des Elisabeth Krankenhauses

Dauerschwindel – Was nimmt uns das Gleichgewicht? Wie werde ich wieder standfest?

Dr. Thomas Lawo

Chefarzt der Kardiologie des Elisabeth Krankenhauses

Wenn das Herz das Gehirn im Stich lässt!

Dr. Boris Mönter

Oberarzt der Geriatrie/Neurologie des Elisabeth Krankenhauses

Attackenschwindel – Gewitter im Gehirn oder im Gleichgewichtsorgan