

## SCHWINDELARTEN

Bogengangschwindel  
 Drehschwindel  
 Schwankschwindel  
 Lagerungsschwindel  
 Fallneigung  
 Benommenheit  
 Psychogener Schwindel  
 Schwindel unklarer Genese

## SCHWERPUNKTE DER BEHANDLUNG

- ✓ Lagerungsmanöver bei Bogengangschwindel
- ✓ Statische und dynamische Übungen zur Blickstabilisation (mit und ohne Körperbewegung)
- ✓ Augenbewegungen
- ✓ Gleichgewichtstraining
- ✓ Wahrnehmungstraining
- ✓ Entspannungsübungen
- ✓ Hausübungsprogramm



## Wie wird verordnet ?

### Heilmittelverordnung

- **Ergotherapie**  
 10x Sensomotorisch-perzeptive Behandlung oder  
 10x Psychisch-funktionelle Behandlung  
 Empfehlung 1-2x pro Woche
- **Indikationsschlüssel, Diagnose**  
**SB2** bei Erkrankungen der WS  
 mit Störungen der Motorik und Sensorik  
**EN1** bei Erkrankung des ZNS  
**PS2** bei psychischen Erkrankungen wie  
 Angststörung
- **Leitsymptome**  
 Störungen der körperlichen Beweglichkeit, der  
 Orientierung, des Gleichgewichts, der  
 Sinneswahrnehmung, der handlungsorientierten  
 Koordination, Handlungsfähigkeit und Selbstversorgung

## Patienten profitieren von therapeutischer Unterstützung

durch

- Einzeltherapie
- Anleitung und Korrektur
- Aufklärung, Beratung
- Passendes Übungsangebot
- Motivation zu Eigenbehandlung
- Sturzprophylaxe

### Beispiele für ICD10 Codierung

F40.8 sonstige phobische Störung  
 F40.9 Phobische, nicht näher bezeichnete  
 R42. Schwindel, Taumel

H80-H83 Krankheiten des Innenohres  
 H81.- Störungen der Vestibularfunktion  
 H81.0 Ménière-Krankheit  
 H81.1 Benigner paroxysmaler Schwindel  
 H81.2 Neuropathia vestibularis  
 H81.3 Sonstiger peripherer Schwindel  
 H81.4 Schwindel zentralen Ursprungs  
 H81.8 Sonstige Störungen der Vestibularfunktion  
 H81.9 Störung der Vestibularfunktion, nicht näher bez.

### QUALITÄT

Wir sind ausgebildet für die  
 Durchführung der Therapie bei  
 Schwindel und neurovisuellen  
 Beeinträchtigungen

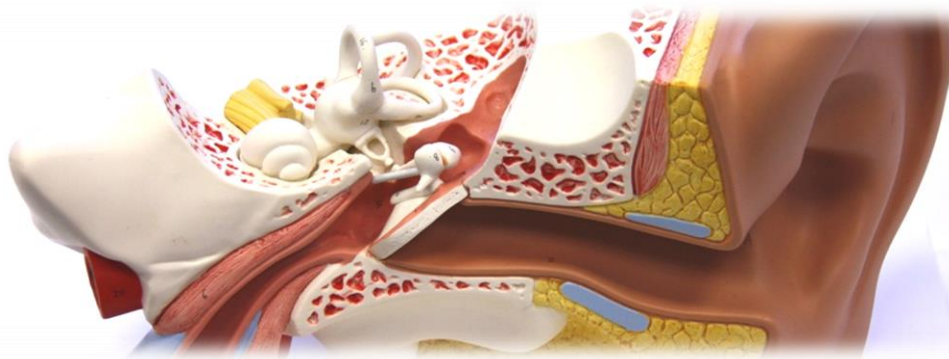
Zentrum für  
**Ergotherapie**

Jeannette Rabold  
 Reinhardtstr. 58  
 Südstadtgalerie

07318 Saalfeld  
 © J. Rabold, 2024

Tel.: 03671 / 516888 Fax: 03671 / 528828  
 Funk: 0151 / 46290920

info@ergotherapiezentrum-saalfeld.de  
 www.ergotherapiezentrum-saalfeld.de



## Schwindel wird als stark bedrohlich empfunden

Schwindelsymptome werden meist vom Patienten als stark bedrohlich empfunden. Es zeigt sich ein starkes Unsicherheitsgefühl beim Aufstehen, Gehen, Stehen oder Kopfhieven, sogar beim Liegen oder Umdrehen im Bett. Hinzu kommen Bewegungsunsicherheit, Bewegungsarmut, Kopfschmerzen oder Schlafstörungen. Durch diese starke körperliche und seelische Belastung können die Symptome weiter verstärkt werden und es wird schwierig, am normalen Arbeits- und Alltagsleben teilzunehmen. Diesen Kreislauf gilt es zu unterbrechen. Die Behandlung richtet sich nach dem zugrundeliegenden Krankheitsbild.

Das Gleichgewichtssystem ist in jedem Alter lernfähig. Körperliche Aktivitäten und gezieltes Gleichgewichtstraining sind enorm wichtig für mehr Bewegungssicherheit und Eigenständigkeit.

Ein Gleichgewichtstraining kann begleitend zu einer medikamentösen Therapie angewendet werden oder als Heilmaßnahme z.B. bei Lagerungsschwindel. Hierbei wird das gesamte Gleichgewichtssystem gestärkt, notwendige Heilungsprozesse unterstützt sowie eine eventuell notwendige Kompensation bei bleibenden Störungen gefördert.

## ZIELE DER BEHANDLUNG

- ✓ Angstreduktion
- ✓ Verminderung des Sturzrisikos
- ✓ Erhalt und Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit
- ✓ Abbau von Rückzugstendenzen aus dem gesellschaftlichen Leben
- ✓ Vermittlung eines Selbstübungsprogramms
- ✓ Anleitung der Angehörigen

## Vestibuläre Trainingstherapie:

### Therapeutische Grundbausteine

- Fixationsfähigkeit, Blickfolgefunktionen, Blickhaltefunktionen, Sakkadentraining
- Blickstabilisation und Augenbewegungen im Alltag
- Somatosensorik – Gleichgewichts- und Koordinationsübungen, Training auf weichen/wackeligen Untergründen, mit und ohne Kopfdrehung, Posturale Haltungskontrolle
- Lockerungsübungen, Atemübungen, Dehnübungen, Vorstellungsübungen
- MT, Weichteilbehandlung, Mobilisation der HWS
- Migräne- und Kopfschmerzbehandlung

### Weitere Therapieoptionen:

- Lagerungsmanöver bei gutartigem Lagerungsschwindel
- Epley, Sémont, Barbecue-Rotationsmanöver
- Habituationstraining (Gewöhnung), Verhaltensunterdrückung
- Entspannungsverfahren – wie z.B. PMR, Autogenes Training, Achtsamkeitstraining

## QUALITÄT

Fragen Sie nach Qualifikationen und Berufserfahrungen im Bereich Schwindeltherapie.

## Zentrum für Ergotherapie

Jeannette Rabold  
Reinhardtstr. 58  
Südstadtgalerie

07318 Saalfeld  
© J. Rabold, 2024