

EVENWICHTSSTOORNIS

Ziek door zwerwend gruis

Voortdurend duizelig zijn, voelt alsof je in een draaimolen op de kermis zit. De duizeligheid kan in veel gevallen eenvoudig worden behandeld

Judith Witmer

Het is alsof je net uit een kermisattractie stapt. Je kunt nergens meer op focussen. Als je achterover gaat liggen, draait alles nog harder.' Nicole Bergmeester (31) uit Apeldoorn werd opeens erg duizelig. Werken als ziekenverzorger en wijkverpleger werd onmogelijk. De klachten zijn echter makkelijk te verhelpen.

Het Apeldoorns Duizelheidscentrum (ADC) was elf jaar geleden, bij oprichting, nog een nieuw fenomeen. Neuroloog Roeland van Leeuwen (54) en KNO-arts Tjasse Bruintjes (48) begonnen met een nieuw concept: vanuit twee disciplines de duizeligheid benaderen. Ze houden drie middagen per week een spreekuur. 'Samen duizelige patiënten ontvangen was toen uniek,' aldus Van Leeuwen. Het doel was de zorg voor de patiënten met duizeligheid beter te stroomlijnen. Mede hierdoor is het ADC uitgegroeid tot een landelijk kenniscentrum. Nederland kent nu achttien poliklinieken voor duizeligheid.

Meer patiënten dan gedacht wisten het centrum de afgelopen elf jaar te vinden. Tweederde van de huidige patiëntenstroom betreft second opinion. De rest komt uit de regio en is doorverwezen door de huisarts. Na drie jaar ging wegens succes het tweede koppel KNO-arts-neuroloog van start. In het ADC komen jaarlijks 800 patiënten, in 2012 moeten dat er 1.000 worden.

De oorzaak van de duizeligheid bevindt zich niet altijd in het binnenoor, waar het evenwichtsorgaan zich bevindt. Angst of hyperventilatie is in één op de drie gevallen de oorzaak. 'Hyperventilatie kan duizeligheid opwekken, maar duizeligheid kan ook leiden tot een ander ademhalingspatroon,' vertelt Van

Leeuwen. In de helft van de gevallen is er wel sprake van een afwijking in het binnenoor. De meest voorkomende, en goed te behandelen, binnenooraandoening is Benigne Paroxysmale Positie Duizeligheid (BPPD). De oorzaak van de goedaardige duizeligheid zijn loszittende oorstentjes in het binnenoor die neerslaan op de zintuigcellen in het evenwichtsorgaan. Het rondzwervende gruis prikkelt het orgaan. De ziekte is goedaardig, maar zeer vervelend.

Bij Nicole Bergmeester is vorig jaar april BPPD vastgesteld. 'Na een bezoek aan de

fysiotherapeut was ik heel erg duizelig,' vertelt de Apeldoornse. 'Ik was allang blij dat ik van mijn rugklachten af was, dus ik schonk er weinig aandacht aan. Maar de duizeligheid bleef aanhouden.' Bergmeester kwam bij de huisarts terecht, die haar doorverwees naar het ADC.

Hier onderging ze een 'canalith repositiemanoeuvre'. Duizeligheid wordt opgewekt door de patiënt te 'kiepen'. Daarna wordt – door het hoofd op een specifieke manier te bewegen – geprobeerd de steentjes te verplaatsen naar een ander deel van het binnenoor, waar ze geen overlast

veroorzaken. 'We zijn echt niet de eersten die dit doen,' vertelt Van Leeuwen. 'We hebben het alleen in Nederland onder de aandacht gebracht.'

BPPD keert weinig terug. De kans dat de steentjes weer gaan zwerfen, is zeer klein. Mocht dit toch gebeuren, dan kunnen patiënten bellen met de BPPD-telefoonlijn van het ADC. De patiënt kan dan binnen twee dagen nogmaals worden behandeld. Bij Bergmeester ging het vorige maand toch weer mis. 'Ik stond in een winkel en ineens werd het zwart voor mijn ogen,' vertelt de ex-wijkverpleegkundige. 'Toen ik weer bijkwam, draaide alles en was ik kotsmisselijk.' Bergmeester vindt het vervelend, maar schrok deze keer niet. 'Ik denk dat mijn omgeving er meer last van heeft dan ikzelf.'

Van Leeuwen en Bruintjes denken dat veel mensen met duizeligheid rondlopen zonder dat artsen deze herkennen. 'Ik denk

Kenmerken goedaardige duizeligheid

Onschuldig, maar vervelend

- Losgekomen oorstenen vormen klontje in evenwichtsorgaan
- Klontje veroorzaakt bij bewegingen verkeerde informatie in evenwichtsorgaan
- Patiënt voelt zich duizelig bij hoofdbewegingen

Een medewerker van het Apeldoorns Duizelheidscentrum 'kiept' een patiënt



SPIRITUEEL

Een Turkse Sint

Het bezoeken van Myra, aan de zuidkust van Turkije, levert nuttige kennis op over de goedheiligman die kinderen met pakjes verblijdt

dat vooral ouderen ten onrechte achter een rollator lopen,' aldus Bruintjes. 'Duizeligheid wordt gezien als een onschuldige klacht die samenhangt met ouderdom. Huisartsen weten vaak geen behandeling te geven. Dit terwijl veel gevallen relatief makkelijk te verhelpen zijn.'

De bal ligt bij de huisartsen. Via symposia probeert het ADC hen te leren alert te zijn en kennis te verspreiden. KNO-arts Bruintjes: 'De huidige artsen hebben nauwelijks geleerd dat duizelig-



heid te behandelen is.' De symposia werpen hun vruchten af. 'We merken dat artsen zich steeds bewuster worden van de behandelmogelijkheden. Dit zien we ook terug in het aantal doorverwijzingen naar de poliklinieken en centra.'

Het centrum is naast een multidisciplinair behandelcentrum, ook een centrum voor wetenschappelijk onderzoek. 'We zijn zeker niet de enige. Met name hoogleraar Hans Kingma in Maastricht doet dit al veel langer en uitgebreider,' vertelt Bruintjes. Het laatste Apeldoornse onderzoek geeft inzicht in de werkbelemmeringen die patiënten ervaren: 70 procent gaf aan niet of minder vaak te kunnen werken. De raad van bestuur van de Gelre Ziekenhuizen heeft besloten deze onderzoeksfunctie van het ADC financieel te ondersteunen, en dat is uniek voor een algemeen ziekenhuis.

Bergmeester is klaar om 'gekiept' te worden. Maar eerst moeten er testen worden gedaan om erachter te komen waar het oorgruis zit. 'Daar zie ik aardig tegenop. Je duizeligheid wordt namelijk opgewekt.' Ze hoopt vandaag nog van haar klachten af te komen, zodat ze weer aan het werk kan. ■

Vakanties kunnen zo verrukkelijk zijn dat je, enigszins verward door de overdaad aan genietingen in den vreemde, allerlei rare dingen gaat doen. Dan verblijf je bijvoorbeeld in een luxe hotel in Antalya en denk je ineens: die lekkere, overvloedige en door uiterst beleefd en goed Engels sprekend personeel geserveerde maaltijden worden toch wel eentonig, laten we eens een keer gaan eten met de plaatselijke bevolking. En voordat je het weet, zit je in een duister, onwelriekend oord vieze drab te drinken terwijl ongure en onverstaanbare figuren stiekem proberen om je zuurverdiende euro's uit je zak te kloppen.

Of je ligt dagenlang heerlijk aan het privéstrand van hetzelfde hotel te zonnen en je kunt ineens het idee niet meer onderdrukken dat je iets meer van het land zou moeten zien. En de volgende dag hobbel je dan urenlang in een overvolle touringcar over slechte wegen om een verzameling oude stenen te bekijken, waarbij een moeilijk te volgen gids je probeert wijs te maken dat hier ooit een prachtig gebouw stond, een bijzonder product van een hoogstaande cultuur van een lang vergeten volk.

Zoals de Lyciërs. De Turkse gids blijkt erg onder de indruk van de prestaties van dit volk dat in lang vervlogen tijden langs de zuidkust van Turkije woonde. Hij wordt niet moe om informatie te verschaffen over de graftomben en het amfitheater dat het heeft gebouwd.

De toenemende verveling op de gezichten van de toeristen, die zich met paraplu's tegen de brandende zon proberen te wapenen, schijnt de ernstig besnorde man niet te zien, of niet te willen zien. 'Zijn er nog vragen? Eén dag is eigenlijk veel te kort om een goede indruk te krijgen van de Lycische cultuur.'

De toeristische gezichten klaren wat op als de bus stopt bij een plek waarvan de naam enigszins bekend klinkt, Myra. De Turken spreken nu eigenwijs van Demre, maar de oude naam roept onvermijdelijk associaties op met een zeer bekende katholieke heilige. Mensenmassa's verdringen zich dan ook in en rond de basiliek van Nicolaas van Myra, de bisschop die roem verwierf als Sinterklaas. Vooral Russen, de grote plaag in Turkse toeristenoorden, tonen belang-

stelling voor het gedenkteken voor de goedheiligman.

De gids lijkt aanmerkelijk minder geïnspireerd door de Sint dan door de Lycische graftomben en dreunt op de automatische piloot een lesje op. De oude bisschop, die leefde aan het eind van de derde, begin vierde eeuw, was een belangrijk man die onder meer een rol speelde op het eerste concilie van Nicea in 325. Volgens de overlevering was hij een aimabele wonderdoener die zijn hand niet omdraaide voor het tot bedaren brengen van stormen of het vermenigvuldigen van graan. Hij stond ook bekend als geluksbrenger, die strooide met gulle gaven.

De basis van de kerk voor de beschermheilige van zeelieden en kinderen werd gelegd in de zesde eeuw. Twee eeuwen later verrees het grootste deel van de basiliek zoals die er nu staat. Later werden er nog een ringmuur en een klooster bijgebouwd.

Maar in 1087 verloor het heiligdom een belangrijk element van zijn aantrekkingskracht. Op het gezicht van de gids verschijnt een wat bozige uitdrukking als hij vertelt over de roof van de Italiaanse piraten die er met de beenderen van Nicolaas vandoor gingen.

De relieken bevinden zich nu in de basiliek van de Zuid-Italiaanse stad Bari. 'Het is een groot

onrecht,' verklaart de gids. 'Het gaat om pure diefstal. Onze regering heeft de relieken opgeëist, maar de Italianen vertikken het om ze terug te geven.'

Na het informatieve praatje gaan de Nederlandse reizigers de strijd aan met de Russen om in de relatieve koelte van de kerk de mozaïeken goed te fotograferen. Een Brabander in korte broek zingt intussen luidkeels *Sinterklaasje kom maar binnen met je knecht*.

Nog één vraag aan de gids. Hoe zit het dan precies met de verhalen over Spanje? Wij leren in Nederland toch allemaal dat de Sint met de stoomboot komt uit het land van de actuele wereldkampioen voetbal? De man gromt minachtend. 'Dat hele Spanje is een verzinzel. De waarheid wordt gewoon verzwegen. Bewust. Durven jullie jullie kinderen soms te vertellen dat Sinterklaas in werkelijkheid een Turk was?'

Gerry van der List



St. Nicolaasbasiliek in Myra