

Persisterende Positionele Perceptie Duizeligheid (PPPD)

PPPD is een recentelijk vastgesteld ziektebeeld, waarbij meerdere aandoeningen uit het verleden, zoals chronische subjectieve duizeligheid en visuele vertigo zijn ondergebracht. Het is een internationaal erkende diagnose, en wordt vooral gesteld door KNO-artsen en neurologen.

Symptomen:

- De belangrijkste symptomen van PPPD zijn: een constant deinend en onzeker gevoel, klachten van onbalans (zonder draaiduizeligheid) gedurende minimaal 3 maanden
- De klachten zijn wisselend aanwezig, minimaal 15 dagen per maand. De meeste patiënten hebben alle dagen last.
- De klachten nemen toe bij rechtop zitten of staan, alsook bij hoofd- en lichaamsbewegingen, en bij het waarnemen van bewegende beelden.
- PPPD begint vaak na een aanval van draaiduizeligheid (door een stoornis in het evenwichtssysteem), maar kan ook ontstaan na een paniekaanval. Ook hoofdletsel kan dergelijke klachten uitlokken.
- Klachten kunnen vergezeld gaan van gevoelens van angst en somberheid.

De klachten kunnen samen gaan met een aandoening van het evenwichtsorgaan zoals de ziekte van Ménière, of vestibulaire migraine.

Patiënten kunnen dingen gaan vermijden die klachten geven, zoals bewegingen van het hoofd en bewegende beelden, zoals in de bioscoop.

Patiënten kunnen door al deze klachten angstig en somber worden. PPPD is weliswaar primair een lichamelijke aandoening, maar psychologische klachten kunnen er wel bij komen.

Het stellen van de diagnose

De diagnose PPPD wordt gesteld op basis van het klachtenpatroon van de patient en het uitsluiten van andere aandoeningen. Soms is aanvullend onderzoek in de vorm van onderzoek van het evenwichtsorgaan en gehoor nodig, zelden is er een reden voor beeldvorming (CT en/of MRI).

De oorzaak

De oorzaak van PPPD is nog niet bekend. Er worden geen afwijkingen gevonden bij aanvullend onderzoek, het lijkt erop dat de hersenen (als een computer) echt goed functioneren, maar dat er een verkeerd programma is geïnstalleerd.

Behandeling

Een goede uitleg is van groot belang. Angst en somberheid gaan vaak een belangrijke rol spelen in de loop der tijd en dat moet benoemd worden.

1. Vestibulaire revalidatie.
Dit is een vorm van fysiotherapie die de patiënt probeert te gewennen aan bewegingen en het omgaan met bewegende beelden. Deze vorm van fysiotherapie vermindert de klachten van duizeligheid en balans met 60 tot 70%, en reduceert ook gevoelens van angst en somberheid. De therapie moet wel 3 tot 6 maanden worden voortgezet.
2. Medicatie.
Anti-angstmedicatie en antidepressiva (selectieve serotonine re-uptake remmers), blijken de klachten met 60 tot 70% te verminderen. Bij 20% van de patiënten worden duidelijke bijwerkingen gemeld. Ook de gevoelens van angst en somberheid namen af. Soms moeten bij één patiënt meerdere medicijnen geprobeerd worden voordat een goed resultaat wordt bereikt.
3. Cognitieve gedragstherapie kan ook behulpzaam bij het reduceren van de klachten. Het goede effect is afhankelijk hoe snel de therapie wordt gestart na het ontstaan van de klachten.