

Schwindel: So geht's dem Drehwurm an den Kragen

(mak). Ein Schwindelanfall weist meistens auf ein Ungleichgewicht in den Abläufen unseres Körpers hin. Schwindel kann – je nach Art – viele Ursachen haben. Man unterscheidet zwischen Benommenheits-, Dreh- und Schwankschwindel. Welche Ursache Betroffene aus der Balance bringt, das ist allerdings gar nicht so leicht festzustellen. Akute Auslöser können etwa Flüssigkeitsmangel oder Bluthochdruck, aber auch eine Panikattacke sein.

Unter Senioren häufig

Auch altersbedingte Beschwerden sind in diesem Zusammenhang zu berücksichtigen. Etwa jeder vierte Mensch über 60 Jahre kämpft mit regelmäßigen Schwindelanfällen. Medikamente, auch aus dem Bereich der Homöopathie, können dem Drehwurm ein rasches Ende bereiten. Lang-



Physiotherapie kann bei Schwindel helfen.

Foto: zinkevych / Fotolia

fristig ist Physiotherapie eine gute Behandlungsmöglichkeit. Bestimmte Übungen sollen dabei helfen, die Symptome zu reduzieren. Zu jenen gehören das Training der Nacken-Augen-Verbindungen, Balance- sowie Gehübungen.