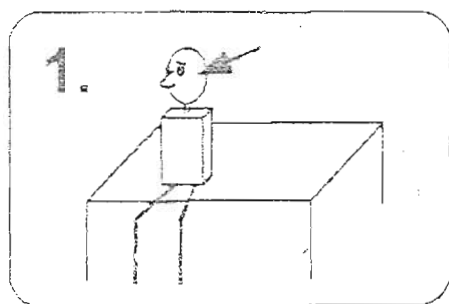


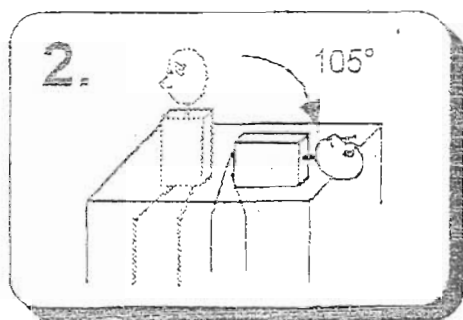
BENIGNER PAROXYSMALER LAGERUNGSSCHWINDEL :

Therapie des linken posterioren Bogenganges

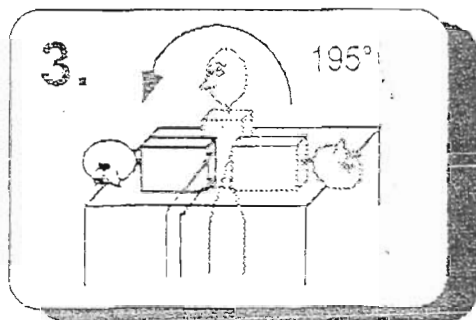
Sémont Manöver modifiziert nach Brandt und Steddin (1992)



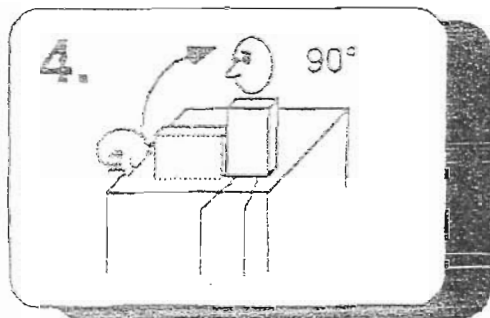
1. Kopf um 45° nach rechts drehen (Kinn zeigt zur rechten Schulter).



2. Körper schnell zur linken Seite legen und darauf achten, daß das Kinn weiterhin zur rechten Schulter zeigt.



3. Körper so schnell wie möglich zur rechten Seite legen und wiederum darauf achten, daß das Kinn dabei zur rechten Schulter zeigt.



4. Langsam wieder in die Sitzposition aufrichten und 3 Minuten sitzen bleiben.

Richtlinien:

Das Befreiungsmanöver soll mehrmals am Tage mindestens dreimal hintereinander ausgeführt werden.

Ein "weiches Lagern" des Kopfes vermindert die Wirksamkeit des Manövers. Es soll daher kein Kissen in den Seitpositionen untergelegt werden.

Während der Wartezeiten zwischen den Lagerungen soll mehrfach heftig der Kopf geschüttelt werden.

Die Erfolgsaussichten sind dann maximal, wenn die Übung nach dem Ermüden der Schwindelerscheinungen noch mehrmals hintereinander durchgeführt wird.

Die Therapie kann beendet werden, wenn sich am jeweils nächsten Tag bei der Übung kein Schwindel mehr auslösen läßt.

ste 7/97

zeitlicher Ablauf:



Nach jeder Lagerung soll mindestens solange in der neu eingenommenen Position gewartet werden, bis der auftretende Schwindel abgeklungen ist. Tritt kein Schwindel auf, so soll die neue Position mindestens 2 Minuten beibehalten werden.