

## Duizelig?

**E**va is onze oudste dochter en middelste kind. Voordat we aan kinderen begonnen hebben we afgesproken (mijn vrouw en ik dus) dat ik de namen mocht verzinnen. Dat is iets in de familie, mijn opa verzon op de weg van zijn huis naar het gemeentehuis (voor de aangifte) gewoon een naam erbij. Het was voor mijn oma altijd weer een verrassing hoe haar kinderen uiteindelijk kwamen te heten. Zover wil ik niet gaan maar ik mocht wel (enigszins in overleg) de namen bedenken, en zo werd onze oudste Anne (naar opa, en dus net zo eigenwijs) en onze middelste Eva. Ik had al eens een Eva gezien op Tv (bij Q en Q, maar wie kent dat nog) en ik dacht; als ik ons kind die naam geef wordt het in ieder geval een zelfstandige vrouw. Dat het daarbij ook een wild wijf zou worden was vooraf ingecalculleerd.

### Wild

Goed, opeens kwam Eva weer met een wild idee; ze zou gaan schommelen bij AJOC. Voor wie dat niet weet; je moet dan 24 uur op een schommel zitten en zoveel mogelijk slagen maken die worden namelijk geteld.

Als ouders van Eva kan je eigenlijk alleen maar afwachten wat er van komt, het ene wilde plan is nog niet ter tafel gekomen of het is alweer ingeruild voor een nog vreemder plan, en dus hielden wij wijselijk onze mond.

Maar deze keer ging het door, ze heeft samen met een vriendin zich ingeschreven (dat kon nog net) en toen moest er nog een sponsor komen. Dat werd ik dus want ik steun de meeste van haar wilde plannen. Nu moest er voor boven de schommel een bord van de sponsor komen en omdat ik dat niet had moet dat ook nog snel gemaakt worden. Dik Jongerling heeft in één dag een reclame bord gemaakt; [www.drbeeker.nl](http://www.drbeeker.nl) in witte letters op een rood bord. Het schommelen kon beginnen.

### Het nuttige met het aangename

Op zaterdag, het schommelen was toen een uur of 8 onderweg, zijn we even bij haar langs geweest (ook omdat de Golden Earring toen speelde, altijd tof). Op dat moment waren er al twee schommelaars afgestapt en zat er één schommelaar die zelfs in het donker groen straalde half over de schommel hangend. Deze meneer trok het ook niet meer en moest ondersteund worden toen hij weg liep. Twee uur later, het was midden in de nacht, had Eva bedacht dat het toch wat frisjes was en wilde ze wel handschoenen. Wij er weer naar toe en op dat moment stapte er weer een groene schommelaar af. Uiteindelijk is Eva met nog drie andere schommelaars (en natuurlijk Bianca, haar schommel-partner) overgebleven en zijn ze zowaar tweede geworden!

En dat alles zonder duizeligheid en misselijkheid, de ander deelnemers waren er zo beroerd aan toe dat ik het niet aandurfde ze te vertellen dat ik de dames een beetje had gedrogeerd (waarover later).

### Slakkenhuis

In ons hoofd achter de oren zitten aan beide kanten een evenwichtsorgaan, dit orgaan is het slakkenhuis. In het slakkenhuis zit een vloeistof en aan de wan-

den van de "schelp" zitten kleine haartjes. De haartjes staan in verbinding met de hersenen. Bij verandering van positie of bij versnelling stroomt de vloeistof harder of anders langs de haartjes, die haartjes geven hun positie middels elektrische stroompjes door naar de hersenen. De hersenen bevatten een rekencentrum en dat maakt gebruik van de informatie uit de twee slakkenhuizen, info via de tastzin in onder andere de voeten (over de positie) en info van de ogen (ook positie). Uit deze informatie stromen berekenen de hersenen de exacte positie en de daarbijhorende positie van de benen en de romp. Dit complexe systeem zorgt voor het evenwicht.

Duizeligheid is een veel voorkomende klacht op het spreekuur en grappig genoeg denken de meeste patiënten gelijk



dat ze iets in de hersenen hebben (het zal wel kanker zijn).

Als je naar het hiervoor beschreven systeem kijkt, dan zijn de oorzaken voor de hand liggend;

\* Een storing in de tastzin van met name de voeten veroorzaakt duizeligheid. Dit komt wel voor en dan met name bij mensen met suikerziekte. Bij suikerziekte en dan met name wanneer die een tijd niet goed ingesteld is kunnen beschadigingen van de gevoelszenuwen optreden (polyneuropathie).

\* Een storing in het zicht zorgt voor een slechte correctie van het evenwicht, als je al wat duizelig bent merk je dat versterkt omdat je in het donker dan extra duizelig bent. Maar bij slechtheid of als je bijvoorbeeld een standafwijking van het oog hebt (scheelzien of zo) ben je ook eerder duizelig.

\* De meest voorkomende oorzaak van duizeligheid is een storing of probleem in het slakkenhuis. Een oorontsteking kan bijvoorbeeld druk veroorzaken op één van de twee slakkenhuizen en daardoor het evenwicht tussen deze twee verstoren. Het evenwichtssysteem zal proberen die te corrigeren door

meer van de info via de ogen en de tastzin gebruik te maken. Probleem met tastzin is dat het een snel uitdovend signaal is. Probeer maar eens een prikkel te geven door bijvoorbeeld een knijper op een huidplooi te zetten, eerst voel je dat best goed maar na een paar minuten merk je het niet eens meer. En het signaal via de ogen is alleen maar te gebruiken als die ogen beschikbaar zijn, in het donker heb je er bijvoorbeeld al niets aan maar ook als je aan het autorijden bent hebben je ogen wel wat beters te doen dan het evenwicht te corrigeren.

Bij ouderen mensen kan in het slakkenhuis een beetje neerslag ontstaan, er ligt dan slib of gruis in het slakkenhuis. Als dat gruis gaat verschuiven worden de haartjes overprikeld, de hersenen slaan op tilt en je word duizelig. Dat is de reden waarom ouderen niet graag

Alcohol veroorzaakt een vergiftiging van de hersenen en daarmee duizeligheid. En als laatste kunnen stress en spanning duizeligheid veroorzaken, er komen dan zoveel prikkels binnen bij het evenwichtscentrum dat de zaak overbelast raakt en duizelingen ontstaan.

Uit bovenstaand verhaal blijkt al dat duizeligheid zelden door tumoren (kanker) veroorzaakt wordt. Er bestaan wel tumoren die dan bijvoorbeeld op de evenwichtszenuw vanuit het slakkenhuis drukken maar dat zijn in principe goedaardige tumoren (ze zaaien niet uit), hetgeen overigens niet betekent dat je er niet aan geopereerd zou kunnen of moeten worden. Soms wordt zo'n tumor zo vervelend dat er wel een indicatie voor operatie is.

Een tumor in de hersenen zelf komt ook voor natuurlijk maar dan zal er toch eerder sprake zijn van een instabiel lopen en verhoogde valneiging en niet snel van duizeligheid, wel een goede reden om altijd te proberen te achterhalen wat iemand met duizeligheid nou echt bedoeld.

### Wat kan je er aan doen?

Uit voorgaande blijkt wel dat de meeste oorzaken volstrekt goedaardig zijn, je moet er dus helemaal niet iets aan doen. Het helpt bij duizeligheid soms goed om toch te bewegen en te draaien, je wordt dan wel meer duizelig maar de hersenen stellen zich ook sneller in op de nieuwe situatie en het is dus ook sneller over.

Er bestaan medicijnen die de elektrische overdracht tussen het slakkenhuis en de hersenen vertragen, de prikkels komen minder snel binnen en de hersenen hebben meer tijd om alles uit te rekenen.

Éen keer raden wat Eva en Bianca hebben gebruikt.

Nog even wat over de ziekte van Meniere;

Op verjaardagen hebben mensen het daar vaak over, vooral in de jaren 80 was het een populaire diagnose. De ziekte van Meniere kenmerkt zich door de volgende drie stoornissen;

- Duizeligheid
- Oorsuizen
- Doofheid

De ziekte begint met aanvalsgewijze duizeligheid waarbij na de aanval oorsuizen en doofheid aanwezig blijven en deze klachten zijn langzaam progressief.

De gedachte is dat er een lekkend membraan in het slakkenhuis aan ten grondslag ligt en dat de trilhaartjes ook beschadigd raken. Omdat het bij leven niet is aan te tonen (je kunt het slakkenhuis er niet even uithalen) is het een diagnose bij uitsluiting van andere oorzaken. Je moet dus eerst aantonen dat het niet wat anders is.

Als iemand dus op een drukke verjaardag verteld dat hij of zij de ziekte van Meniere heeft is dat waarschijnlijk niet zo, het zou met doofheid gepaard moeten gaan en dat merk je echt wel op een verjaardag.

Jaco Beeker  
[www.drbeeker.nl](http://www.drbeeker.nl)  
[info@drbeeker.nl](mailto:info@drbeeker.nl)

abrupte bewegingen maken met hun hoofd, let maar eens op; ouderen houden altijd hun nek een beetje stijf en zullen niet snel met het hoofd over de schouders kijken.

Een ontsteking van het slakkenhuis komt ook nogal eens voor, een virus legt de trilhaartjes in één van de slakkenhuizen plat en je bent duizelig. Al deze oorzaken komen veel vaker voor dan een probleem in de hersenen. De hersenen kunnen slechter functioneren door een probleem met de bloedvoorziening. Iedereen denkt dan gelijk aan een hersenbloeding of een stolsel (Tia) en inderdaad komt duizeligheid daarbij voor, maar vaker is er een probleem met de aanvoer van bloed naar de hersenen. Een voorbeeld is een vernauwing in een van de slagaders in de hals, aan beide kanten zit er één. Is er sprake van een vernauwing dan kan je bij het draaien van het hoofd die slagader even afklemmen, er tijdelijk iets te weinig bloed in de hersenen en computer gaat storen.

Een andere "centrale" stoornis kan veroorzaakt worden door een tekort aan energie voor de hersenen, bijvoorbeeld bij suikerziekte, of door vergiftigingen.