



„Mir ist so taumelig“

KÖRPER UND GEIST | Schwindelgefühle können viele Ursachen haben. Oft ist dafür auch ein schwankendes seelisches Gleichgewicht verantwortlich.

Monatelang litt Iris Marbach* an plötzlich auftretenden Schwindelanfällen. „Auf einmal begann sich alles zu drehen“, erinnert sich die 35-jährige Krankenschwester. „Zwei bis drei Stunden hielt der Schwindel an, danach blieb ein taumeliges Gefühl bestehen. Mein Kopf war wie mit Watte gefüllt und alles wankte.“ Besorgt wendet sie sich zunächst an ihre Hausärztin, die jedoch keinen auffälligen Befund feststellen kann und ihre Patientin an eine HNO-Praxis überweist. Auch dort können keine Ursachen für die Schwindelsymptomatik festgestellt werden. Weitere Untersuchungen bei einem Neurologen und einem Orthopäden ergeben ebenfalls keine Anhaltspunkte für eine körperliche Erkrankung. Es folgen zahlreiche Behandlungsversuche mit Tabletten und physikalischen Therapien – ohne Erfolg. Iris Marbach wird immer wieder krankgeschrieben. Ihre Hausärztin überweist sie schließlich an einen Facharzt für Psychosomatische Medizin.

Dr. Beate Schüller, Ärztin am Institut für Psychogene Erkrankungen der AOK Berlin, kennt die Gründe für solche Patienten-Odysseen: „Es gibt zahlreiche Erkrankungen, die Schwindelgefühle auslösen können. Angefangen bei einer Störung im Innenohrbereich, über Kreislaufstörungen bis hin zu einer neurologischen Erkrankung. Das erschwert die Diagnose und führt nicht selten dazu, dass Patienten von

einer Untersuchung zur nächsten weitergereicht werden. Leider werden psychosomatische Ursachen oft erst sehr spät in die diagnostischen Erwägungen einbezogen, obwohl der Anteil des psychogen verursachten Schwindels 30 bis 50 Prozent ausmacht.“ Dies führte auch bei Iris Marbach zu einer langen Krankengeschichte.

Als sie schließlich im Institut für Psychogene Erkrankungen der AOK Berlin ihre ersten psychotherapeutischen Gespräche führt, stellt sich bald heraus, dass ihre Schwindelanfälle in einer schwierigen Lebenssituation begonnen haben. Über mehrere Jahre hatte sie halbtags als Krankenschwester gearbeitet und sich die Dienstzeiten so eingerichtet, dass sie sich gut um ihre beiden Kinder kümmern konnte. Nachdem ihre Vorgesetzte wechselte, änderte sich die Situation: Die neue Oberschwester wollte keine Teilzeitkräfte mehr beschäftigen und änderte die Dienstpläne so, dass Iris Marbach mit der Kinderbetreuung in Schwierigkeiten geriet. Die Alleinerziehende hatte den Eindruck, ihre neue Chefin sei unberechenbar und hinterhältig und sie sei dagegen völlig machtlos. Nachdem sie auch noch gegen ihren Willen auf eine andere Station versetzt wird, beginnt die Schwindelsymptomatik erstmals aufzutreten.

„Im Verlauf einer Psychotherapie konnte Iris Marbach nach und nach die Zusammenhänge zwischen dem aktuel-



Fotos: gettyimages; wdv / A. Peisl

len Konflikt mit ihrer Vorgesetzten und ihrer früheren Kindheitssituation mit einer cholerisch-unberechenbaren Mutter erkennen und aufarbeiten“, berichtet Dr. Schüller. „Erst danach fand sie Möglichkeiten, mit ihrer beruflichen Situation wie eine erwachsene Frau umzugehen und sich nicht mehr ‚hilflos wie ein Kind‘ zu fühlen.“ Zuletzt verschwanden nicht nur die Schwindelanfälle, sondern die Krankenschwester erfüllte sich auch einen jahrelangen Traum: Iris Marbach absolvierte erfolgreich die Weiterbildung zur OP-Schwester und erhielt eine Gehaltserhöhung.

*Name von der Redaktion geändert

So funktioniert das Gleichgewicht

Schwindel kann auch ein Symptom für **Angst oder Depression** sein.

■ Das menschliche Gleichgewichtssystem stützt sich auf die **Verschaltung mehrerer Nervenbahnen**. Daran beteiligt sind unter anderem das Gleichgewichtsorgan im Ohr, bestimmte Hirnregionen und die Augen. Schwindel kann entstehen, wenn eine dieser Komponenten erkrankt ist oder wenn es Missverständnisse der Komponenten untereinander gibt. Beim harmlosen Hörschwindel beispielsweise meldet das Gleichgewichtsorgan „Standfestigkeit“, die Augen hingegen „Bodenlosigkeit“.

■ Neben dem körperlichen gibt es auch ein seelisches Gleichgewicht. Psychogener Schwindel ist meist ein Anzeichen dafür, dass das **seelische Gleichgewicht gestört** wurde. Ursache ist häufig eine Angst-erkrankung oder eine Depression, die von den Patienten allerdings oft nicht wahrgenommen werden. Sie meinen meist, dass der Schwindel zuerst da gewesen wäre und dann erst sei die Angst oder die depressive Stimmung gefolgt. Tatsächlich ist es aber meist umgekehrt: Die Patienten nehmen den Schwindel als „Ersatz“ für das Symptom Angst oder Depression.



Unter einem Dach

Im **Centrum für Gesundheit (CfG)** der AOK Berlin stehen AOK-Versicherten Praxen der unterschiedlichsten Fachrichtungen sowie das Institut für Psychogene Erkrankungen zur Verfügung.

■ **Für Patienten**, denen häufig schwindelig ist, wurde die **„Sprechstunde Schwindel“** eingerichtet. Orientiert an den häufigsten Ursachen von Schwindel arbeitet die Neurologin Dr. Cordula Harisch mit CfG-Fachärzten für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Innere Medizin, Orthopädie, Augenheilkunde und Psychosomatik zusammen.

**Anmeldung unter Telefon:
030 2531-4297.**

■ **AOK-Versicherte** können sich auch direkt an das Institut für Psychogene Erkrankungen wenden. Erweisen sich die Schwindelgefühle als eine **psychogene Erkrankung**, wird den Patienten eine geeignete Therapie bei einem Facharzt für Psychosomatik empfohlen.

**Anmeldung unter Telefon:
030 2531-4320.**

AOK Berlin – Centrum für Gesundheit und Institut für Psychogene Erkrankungen, Müllerstraße 143, 10957 Berlin
→ www.centrum-fuer-gesundheit-berlin.de